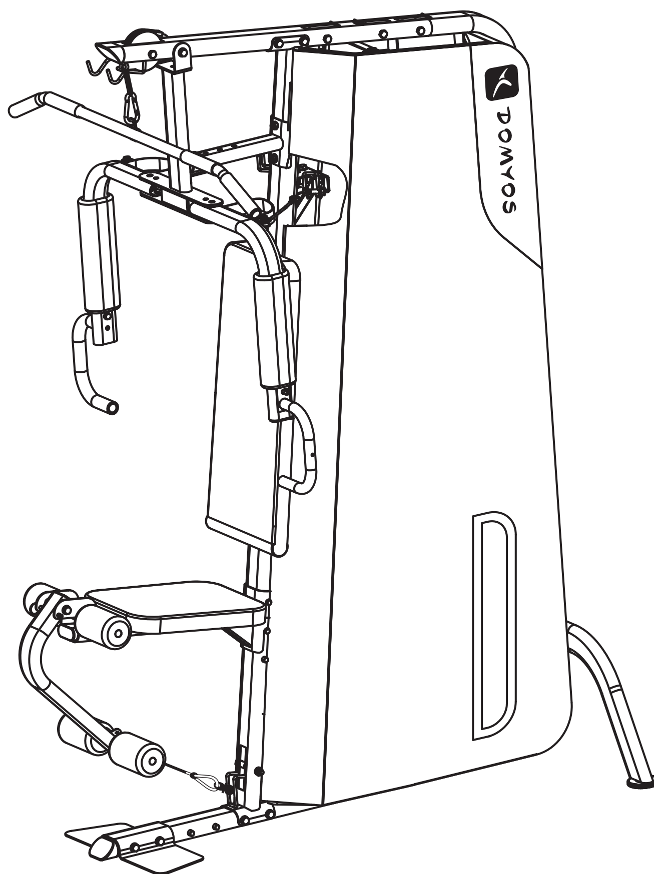
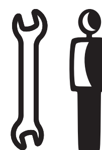
DOMYOS
HOME GYM COMPACT



DOMYOS HOME GYM COMPACT
60 kg / 132 lbs
146 x 110.2 x 200 cm
57 x 43 x 79 in

MAXI
130 kg
287 lbs





180 min





DOMYOS

1

T-bar
Barre latissimus
Barra latissimus de tracción
Latissimus-Zugstange
Barra latissimus di trazione
Latissimus trekstang
Barra de estiramento
Drążek do ciągnięcia
Húzó rúd
Тяга-гриф
Bară latissimus
Tyče latissimus
Latsräck
Лост гръб
Latissimus çubuğu
Latissimus
Lat šipka
背阔肌训练杆
Latissimusバー
背闊肌拉杆
قضيب تدريبات الظهر

2

Butterfly
Butterfly
Butterfly
Butterfly
Butterfly
Butterfly
Butterfly
Butterfly
Butterfly
Баттерфляй
Fluture
Motýlik
Motýlek
Butterfly
Пеперуда
Kelebek
Leptir
蝶形臂
バタフライ
蝴蝶機
آلة الفراشة

3

Handles with multiple grips for the cable chest press
Poignées multi prises pour le développé assis
Empuñaduras multiagarre para entrenar sentado
Verschiedene griffhaltungen zum bankdrücken im sitzen
Impugnature multipresa per la panca a sedile
Multi-positie handgrepen voor zittend drukken
Pegas multifixações para o trabalho sentado
Uchwyty do wyciskania na siedząco
Több fogású markolat az ülve emeléshez
ручки с различными положениями для жима сидя
Mânere multipriză pentru efectuarea împingerilor de la piept cu gantera, din şezut
Rukoväte multi úchopmi na vzpieranie ťahom v sede
Rukojeti s možností mnohostranného uchopení pro vzepření tahem vsedě
Handtag med flera grepp för sittande bröstpress
Се ръкохватки за разгъната седалка
Oturarak geliştirme için çok tutma noktalı tutaklar
Obrtne ručice sa više zahvata za hamer za ramena i grudi
多握把把手用于坐式推展
座ってプレスを行う際に、さまざまな握り方のできるンドル
多握把把手用於坐式推展
مقبض دوار متعدد المآخذ للتدريب وأنت جالس

4

Legs option
Option pour les jambes
Opción para las piernas
Option für die Beine
Accessorio per le gambe
Optie voor de benen
Opção para as pernas
Opcja dla nóg
Opció a lábakhoz
Опция для ног
Opţiune pentru picioare
Doplňky pre nohy
Nástavba pro posilování nohou
Tillbehör för benen
Опция за краката
Bacak opsiyonları
Nastavak za noge
腿部肌肉锻炼选项附件
レッグ
腿部肌肉鍛煉選項附件
قضيب تدريبات الظهر

5

Cable extension
Rallonge de câble
Alargador de cable
Seilverlängerung
Prolunga del cavo
Verlengstuk kabel
Extensão do cabo
Przedłużenie linki
Kábelhosszabbító
Удлинитель троса
Prelungitor cablu
Predĺženie kábla
Prodlužovací kabel
Vajerförlängning
Удължител на кабела
Uzatma kablosu
Produžni kabel
延长线
延長ケーブル
延長線
وصلة الكبل

6

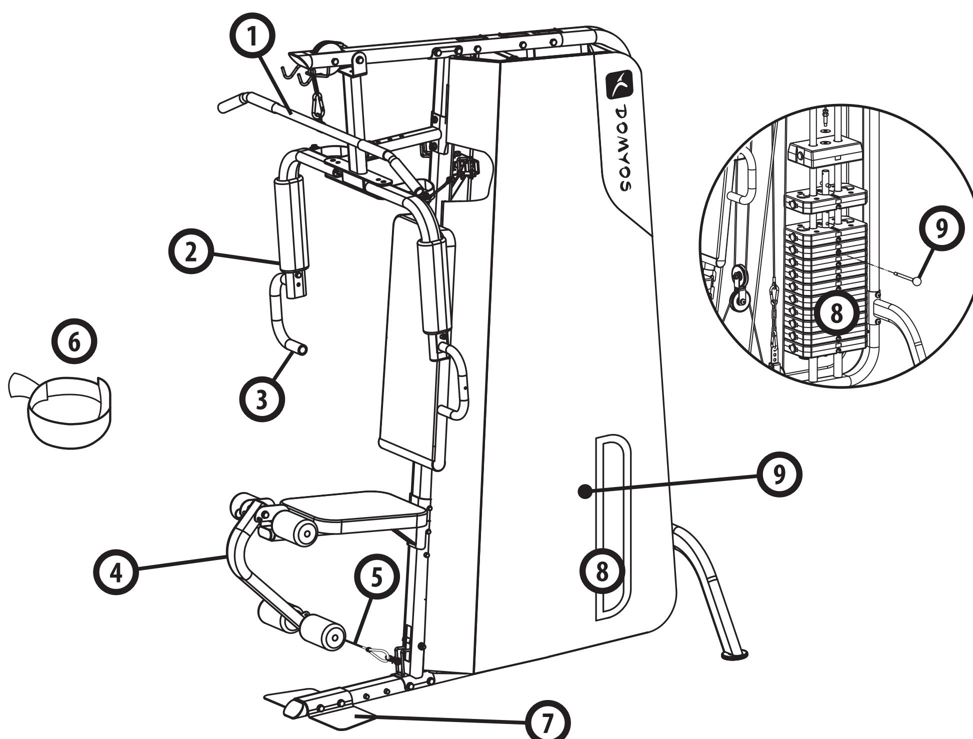
Ankle strap
Sangle de cheville
Correa de tobillo
Knöchelgurt
Cavigliera
Enkelband
Correia de tornozelo
Opaska na kostkę
Bokapánt
Ремень на лодыжку
Chingă gleznă
Remienok na členok
Kotníkový popruh
Vristrem
Ремък за глезена
Ayak bileği kayışı
Remen za gležanj
脚踝固定皮带
足首バンド
踝部系帶
شريط الكاحل

7

Standing workstation
Zone de travail debout
Zona de trabajo de pie
Zone für stehendes Training
Zona di lavoro in piedi
Doelgebied voor staande oefeningen
Zona de trabalho de pé
Strefa ćwiczeń na stojąco
Álló munkaterület
Рабочий блок для тренировок стоя
Zonă de antrenament din picioare
Zóna na prácu v stoji
Oblast práce vestoje
Träningsområde stående
Зона за трениране в изправена позиция
Ayakta çalışma alanı
Zona vježbanja u uspravnom položaju
站立训练区
立ち姿勢でトレーニングするゾーン
站立訓練區
منطقة للتدريب وأنت واقف

8

Weight
Poids
Peso
Gewicht
Peso
Gewicht
Peso
Ciężarek
Súly
Вес
Greutate
Hmotnosť
Váha
Tyngd
Тежести
Ağırlık
Težina
重量块
体重
重量块
الثقل



9

Weight selection arm
Tige de sélection des poids
Varilla de selección de los pesos
Stange zur Gewichtsauswahl
Barra di selezione dei pesi
Stange zur Gewichtsauswahl
Haste de selecção do peso
Trzpień regulacji obciążenia
Súlyválasztó zárszeg
Наборная штанга
Tijă de selectare a greutăţilor
Tyč na výber závaží
Tyč pro výběr závaží
Stång med urval av vikter
Дръжка за избиране на тежести
Ağırlık seçme çubuğu
Pin za odabir težine
选重块销片
重量選択軸
固定銷選重
دبوس اختيار الوزن

1 ▶
2 ▶
3 ▶
4 ▶
5 ▶
6 ▶

⚠WARNING

i WARNING — EN

- Any use of this product other than that intended may lead to serious injury.
- Prior to use, read the instructions carefully and comply with all warnings and instructions.
- Do not let children use this appliance, keep them away from it.
- You must replace the sticker if it is damaged, illegible or missing.
- Keep your hands, feet and hair away from all moving parts.
- Not suitable for therapeutic purposes.

MAXI
130 kg / 287 lbs

MAXI
190 kg / 418.9 lbs

DOMYOS
DOMYOS
HOME GYM COMPACT
730.389
77387
DP QINGDAO
TN: XXXXXXXXX
DATE: WW-YYYY

DECATHLON
Производитель и адрес, Франция:
DECATHLON - 4 Boulevard de Mons - BP 299
59650 Villeneuve d'Ascq cedex - France
IMPORTADO PARA BRASIL POR IGUASPORT Ltda - CNPJ : 02.314.041/0001-88
Импортер: ООО «Октоблу», 141031, Россия, Московская область, Мытищинский район, МКАД 84-й км., ТПЗ «Алтуфьево», владение 3, строение 3 - +7(495)6414446 - Тренажер - Силовой тренажер для пресса
TURKSPORT Spor Urünleri Sanayi ve Ticaret Ltd.Şti, Osmaniye Mahallesi Çobançeşme Koşuyolu, Bulvarı No: 3 Marmara Forum Garden Office, 0 B Blok 01 Bakırköy 34146 Istanbul, TURKEY
以下标示仅在中国大陆地区适用 - 上海華威运动品有限公司, 上海市闵行区申北路2号 邮编: 201108 - 产品等级 : 合格品 - 质检证明 : 合格 - EN ISO 20957-1: 2013 - EN 957.2: 2003 - GB 17498-1: 2008 - GB 17498-2: 2008 - 品名: 综合训练器 - 主要成分 : 铁 - 中国制造 - 商标 : DOMYOS
540-0011 - 大阪市中央区農人橋 1-1-22 - 大江ビル10階 - ナチュラムイーコマース株式会社
台灣迪卡儂有限公司, 台灣台中市408南屯區大墩南路379號, 諮詢電話: (04) 2471-3612 - 品名: 綜合訓練器 - 主要成分: 铁
Made in China - Fabricado na China - Произведено в Китае - İmal edildiği yer Çin - 中国制造 - 中國製造

i AVERTISSEMENT — FR

- Tout usage impropre de ce produit risque de provoquer des blessures graves.
- Avant toute utilisation, veuillez lire attentivement le mode d'emploi et respecter l'ensemble des avertissements et instructions qu'il contient.
- Ne pas permettre aux enfants d'utiliser cette machine et les tenir éloignés de cette dernière.
- Si l'autocollant est endommagé, illisible ou manquant, il convient de le remplacer.
- Ne pas approcher vos mains, pieds et cheveux de toutes les pièces en mouvement.
- Ne convient pas à des fins thérapeutiques.

i ADVERTENCIA — ES

- El uso inapropiado de este producto puede provocar heridas graves.
- Antes de toda utilización, se ruega leer atentamente el manual de empleo y respetar todas las advertencias e instrucciones que contiene.
- No permita que los niños utilicen esta máquina y manténgalos alejados de esta última.
- Si el adhesivo aparece dañado, ilegible o ausente, conviene reemplazarlo.
- No acerque las manos, los pies ni el pelo a las piezas en movimiento.
- No adecuado para fines terapéuticos

i WARNUNG — DE

- Jeglicher unsachgemäße Gebrauch dieses Produktes kann schwerwiegende Verletzungen nach sich ziehen.
- Lesen Sie vor jeder Verwendung stets die Gebrauchsanweisung aufmerksam durch und halten Sie sich an alle darin enthaltenen Warnungen und Anleitungen.
- Kinder dürfen das Trainingsgerät nicht verwenden und sind davon fernzuhalten.
- Beschädigte, unleserliche oder fehlende Aufkleber sind zu ersetzen.
- Halten Sie Ihre Hände, Füße und Haare von den beweglichen Teilen des Geräts fern.
- Nicht für therapeutische Zwecke geeignet

i AVVERTENZA — IT

- Qualsiasi uso improprio di questo prodotto rischia di provocare gravi lesioni.
- Prima di qualsiasi utilizzo, leggere attentamente le istruzioni per l'uso e rispettare la totalità delle avvertenze e istruzioni che contengono.
- Non permettere ai bambini di usare questa macchina e tenerli lontani da essa.
- Se l'adesivo è danneggiato, illeggibile o manca del tutto è necessario sostituirlo.
- Non avvicinare mani, piedi e capelli a nessuna delle parti in movimento.
- Non idoneo a fini terapeutici

i WAARSCHUWING — NL

- Elk onjuist gebruik van dit product kan ernstige verwondingen tot gevolg hebben.
- Lees voor elk gebruik aandachtig de gebruiksaanwijzing en zorg ervoor dat u alle hierin genoemde waarschuwingen en instructies in acht neemt.
- Sta kinderen niet toe om gebruik te maken van dit product en zorg dat ze er niet in de buurt kunnen komen.
- Indien de sticker beschadigd, onleesbaar of verwijderd is, dan is het raadzaam deze te vervangen.
- Houd handen, voeten en haren uit de buurt van bewegende onderdelen.
- Niet geschikt voor therapeutische doeleinden

i AVISO — PT

- Qualquer uso inadequado deste produto pode causar ferimentos graves.
- Antes de qualquer uso, leia com atenção o modo de utilização e respeite a totalidade dos avisos e instruções incluídos.
- Não permita o uso desta máquina por crianças e mantenha-as afastadas desta.
- Se o autocolante estiver danificado, ilegível ou em falta, é aconselhável proceder à sua substituição.
- Não aproxime as mãos, pés e cabelos de todas as peças em movimento.
- Não adequado para fins terapêuticos

i OSTRZEŻENIA — PL

- Jakiekolwiek nieprawidłowe użytkowanie tego produktu grozi odniesieniem poważnych obrażeń.
- Przed rozpoczęciem użytkowania należy dokładnie przeczytać instrukcję obsługi, a następnie ściśle przestrzegać wszystkich zami eszczonych w niej ostrzeżeń i zaleceń.
- Nie pozwalać dzieciom, aby bawiły się urządzeniem. Dzieci powinny zawsze pozostawać w bezpiecznej odległości.
- Jeżeli naklejka jest uszkodzona, nieczytelna lub nieobecna, należy wymienić ją na nową
- Trzymać ręce, stopy i włosy w bezpiecznej odległości od ruchomych części urządzenia.
- Nieprzeznaczony do celów terapeutycznych

i FIGYELMEZTETÉS — HU

- A termék bármilyen helytelen használata súlyos sérüléseket okozhat.
- Használat előtt olvassa el figyelmesen a használati útmutatót és tartsa be a benne lévő figyelmeztetések et és előírásokat.
- Ne engedje a gyermekeknek, hogy ezt a készüléket használják, és tartsa őket távol tőle.
- Ha a matrica megsérült, olvashatatlan vagy hiányzik, ki kell cserélni.
- Ne közelítse a kezeit, lábait és a haját a mozgásban lévő alkatrészekhez.
- Terápiás célokra nem alkalmas

i ВНИМАНИЕ — RU

- В случае ненадлежащего использования данного изделия существует риск получения серьезных травм.
- Перед каждым использованием внимательно прочитайте инструкцию по эксплуатации. Соблюдайте все содержащиеся в ней предупреждения и указания.
- Не разрешайте детям использовать этот тренажер и находиться вблизи него.
- Если наклейка повреждена или отсутствует, или же информацию на ней невозможно прочитать, следует заменить наклейку.
- Руки, ноги и волосы не должны находиться вблизи каких-либо движущихся деталей.
- Не подходит для терапевтических целей

i AVERTISMENT — RO

- Orice utilizare necorespunzătoare a acestui produs poate provoca leziuni grave.
- Înainte de orice utilizare, vă rugăm să citiți cu atenție modul de utilizare și să respectați toate avertismentele și instrucțiunile pe care acesta le conține.
- Nu le permiteți copiilor să utilizeze acest aparat și nici nu-i lăsați să se apropie de acesta.
- În cazul în care autocolantul este deteriorat, ilizibil sau lipsește cu desăvârșire, acesta trebuie înlocuit.
- Nu apropiați mâinile, picioarele sau părul de piesele aflate în mișcare.
- A nu se utiliza în scopuri terapeutice

i UPOZORNENIE — SK

- Akékoľvek nevhodné použitie môže mať za následok vážne poranenia.
- Pred použitím si pozorne prečítajte návod na použitie a dodržiavajte všetky varovania a pokyny, ktoré obsahuje.
- Nedovoľte deťom, aby tento prístroj používali a mali k ňomu prístup.
- Ak je samolepiaci štítok poškodený, nečitateľný alebo chýba, odporúča sa ho vymeniť.
- Nedávajte ruky, nohy a vlasy do blízkosti pohyblivých dielov.
- Nevhodné na terapeutické účely

i UPOZORNĚNÍ — CS

- Nesprávné používání tohoto výrobku může vést k vážným zraněním.
- Před každým použitím si pečlivě přečtěte návod k použití a dodržujte veškerá upozornění a pokyny v něm obsažené.
- Nedovolte dětem používat tento stroj a uchovávejte jej mimo jejich dosah.
- Je-li samolepka poškozená, nečitelná nebo pokud chybí, doporučuje se ji vyměnit.
- Nepřibližujte ruce, chodidla a vlasy k pohybujícím se částem.
- Nevhodné pro terapeutické účely

i VARNING — SV

- Felaktig användning av produkten kan orsaka allvarliga skador.
- Innan produkten tas i bruk bör du läsa bruksanvisningen noga och följa alla varningar och instruktioner som finns däri.
- Låt inte barn använda denna maskin, utan se till att hålla dem borta från den.
- Om dekalen är skadad, oläslig eller saknas, bör den bytas ut.
- Håll händer, fötter och hår på avstånd från maskinens rörliga delar.
- Inte lämplig för behandlingssyften

i ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ — BG

- Всяка употреба на уреда не по предназначение може да доведе до риск от сериозни наранявания.
- Преди всяка употреба, моля прочетете внимателно ръководството за употреба; спазвайте всички съдържащи се в него предупреждения и инструкции.
- Не разрешавайте на деца да ползват уреда; дръжте децата далеч от уреда.
- Ако малкировката е повредена, нечетлива или липсва, сменете я.
- Не доближавайте ръцете, краката и косата си до движещите се елементи.
- Не е подходящо за терапевтични цели

i UYARI — TR

- Bu ürünün uygun bir şekilde kullanılmaması ciddi yaralanmalara yol açabilir.
- Kullanımdan önce, kullanım kılavuzunu dikkatlice okuyun ve içerdiği uyarıların ve talimatların tamamını dikkate alın.
- Çocukların bu makineyi kullanmasına izin vermeyin ve onları makineden uzak tutun.
- Kendinden yapışkanlı etiket zarar görmüş, okunaksız veya yerinde değil ise, yerine yenisinin konulması gerekir.
- Ellerinizi, ayaklarınızı ve saçlarınızı hareket halindeki hiçbir parçaya yaklaştırmayın.
- Terapötik amaçla kullanılamaz

i UPOZORENJE — HR

- Svaka zlouporaba ovog proizvoda može uzrokovati ozbiljne ozljede.
- Prije uporabe pažljivo pročitajte upute za uporabu i slijedite sva upozorenja i instrukcije sadržane u njemu.
- Nemojte dopustiti djeci da koriste taj stroj i držite ih podalje od njega.
- Ako je naljepnica oštećena, nečitljiva ili nedostaje, trebalo bi je zamijeniti.
- Ne približavajte vaše ruke, noge i kosu pokretnim dijelovima.
- Nije prikladno za terapijske svrhe

i 注意事项 — ZH

- 本产品的不适当使用可能会造成严重受伤。
- 使用前请仔细阅读说明书，遵守说明书中的注意事项和使用说明。
- 请勿让儿童使用本产品，并将其放置于远离儿童的地方。
- 如果产品上粘贴的说明出现损坏、无法阅读或缺失的情况，请将其替换。
- 请勿将手脚或头发靠近正在转动的部件。
- 不适用于治疗目的

i 警告 — JA

- この商品の不適切なすべての使用法は重症を引き起こす危険があります。
- ご使用の前に使用マニュアルを注意深くお読みになり書かれている警告と使用法全体を守ってください。
- お子様にはこの機械を使用させないでください。お子様の手の届かない場所に保管してください。
- シールが損傷したり判読不可能だったりはがれている場合は、シールを交換してください。
- 作動中の部分には手や足、髪の毛を近づけないでください。
- 治療目的にはお使いいただけません

i 注意事項 — ZT

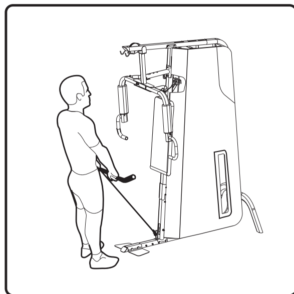
- 本產品的不適當使用可能會造成嚴重受傷。
- 使用前請仔細閱讀說明書，遵守說明書中的注意事項和使用說明。
- 請勿讓兒童使用本產品，並將其放置於遠離兒童的地方。
- 如果產品上粘貼的說明出現損壞、無法閱讀或缺失的情況，請將其替換。
- 請勿將手腳或頭發靠近正在轉動的部件。
- 不適用於治療之目的

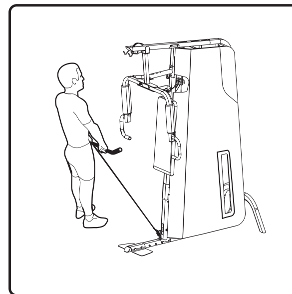
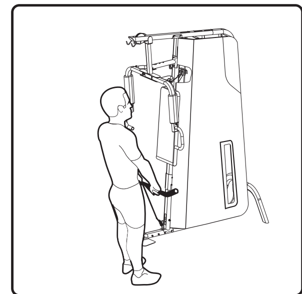
i تنبيه — AR

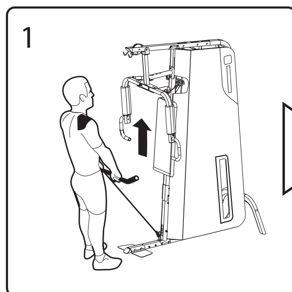
- يمكن لسوء استخدام هذا المنتج ان يتسبب في إصابات خطيرة.
- قبل أي استخدام، يرجى قراءة دليل الاستخدام بعناية واتباع جميع التحذيرات والإرشادات الواردة فيه.
- لا تسمح للأطفال باستخدام هذا الجهاز، وتجنب اقترابهم من هذا الأخير
- في حالة تلف الملصق، أو فقدانه أو أصبح من الصعب قراءته، فينبغي استبداله في هذه الحالة
- للا تقرّب يديك وقدميك وشعرك من جميع الأجزاء المتحركة.

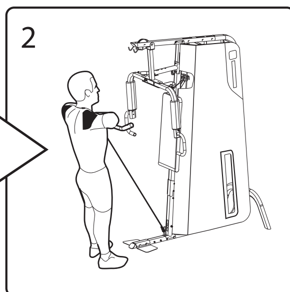
غير مناسبة للأغراض العلاجية

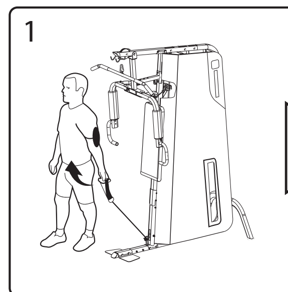
EXERCISES • EXERCICES • EJERCICIOS • ÜBUNGEN • ESERCIZI • OEFENINGEN • EXERCÍCIOS • ĆWICZENIA • EDZÉS • УПРАЖНЕНИЯ • EXERCIȚII • CVIČENIE • CVIKY • ÖVNINGAR • УПРАЖНЕНИЯ • EGZERSİZLER • VJEŽBE •
练习 • エクササイズ • 練習 • التمارين

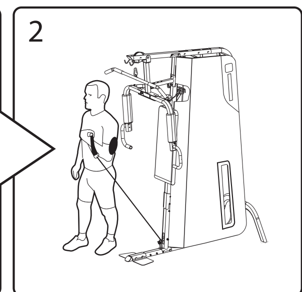
OK 

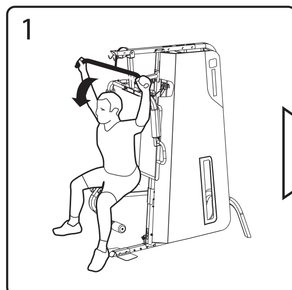
NOK  

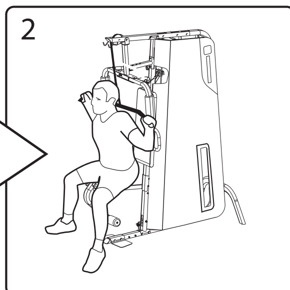
1 

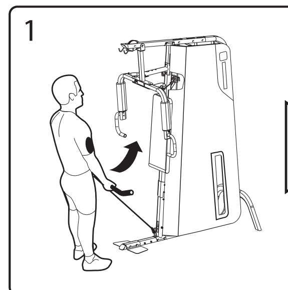
2 

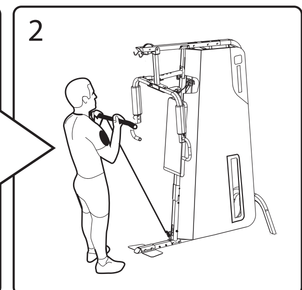
1 

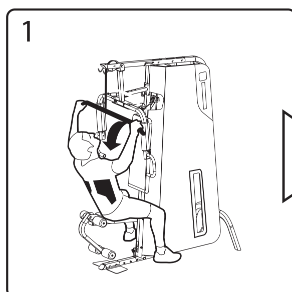
2 

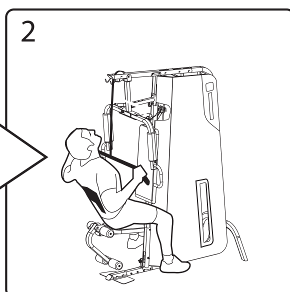
1 

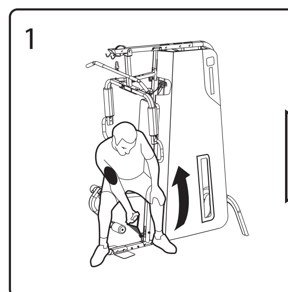
2 

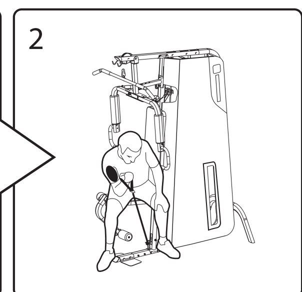
1 

2 

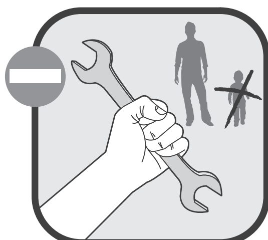
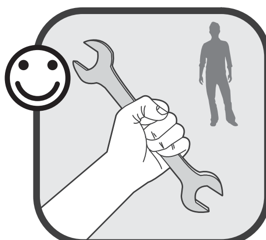
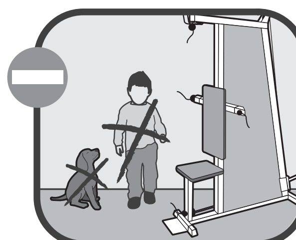
1 

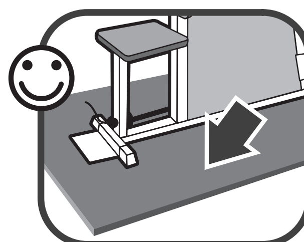
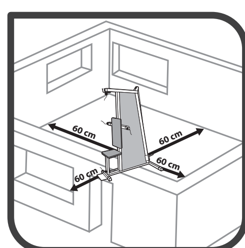
2 

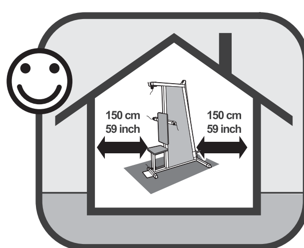
1 

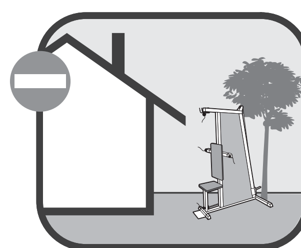
2 

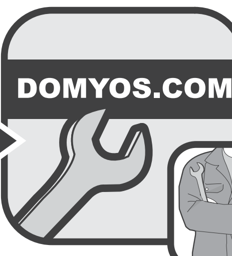
SAFETY • SÉCURITÉ • SEGURIDAD • SICHERHEIT • SICUREZZA • VEILIGHEID • SEGURANÇA •
BEZPIECZEŃSTWO • BIZTONSÁG • МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ • SIGURANȚĂ • BEZPEČNOSŤ •
BEZPEČNOST • SÄKERHETSANVISN INGAR • БЕЗОПАСНСТ • GÜVENLİK • SIGURNOST •
安全 • 安全 • 安全 • احتياطات أمنية

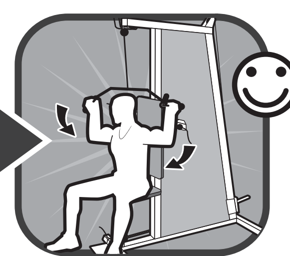




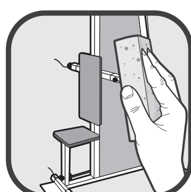



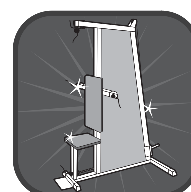




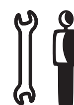






ASSEMBLY • MONTAGE • MONTAJE • MONTAGE • MONTAGGIO • AFWERKING • MONTAGEM • MONTAŻ • SZERELÉS • СБОРКА • MONTARE • MONTÁŽ • MONTÁŽ • MONTERING • МОНТИРАНЕ • MONTAJ • MONTAŽA • MONTAŽA • 安装 • 組み立て • 安裝 • การประกอบ • التركيب



180 min

A X8

B X2

C X2

D X4

E X4

F X7

G X2

H X4

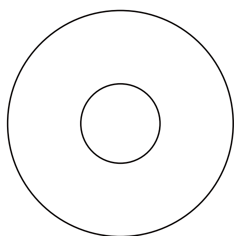
I X2

J X8

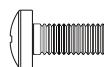
K X5

L X1

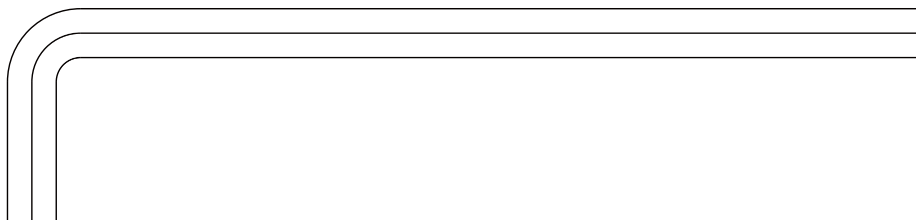
M x1



N x12



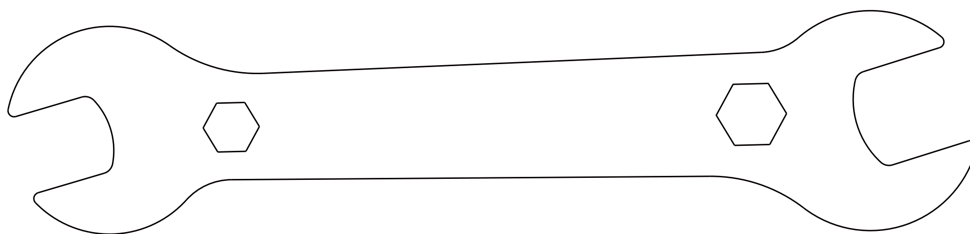
O x1



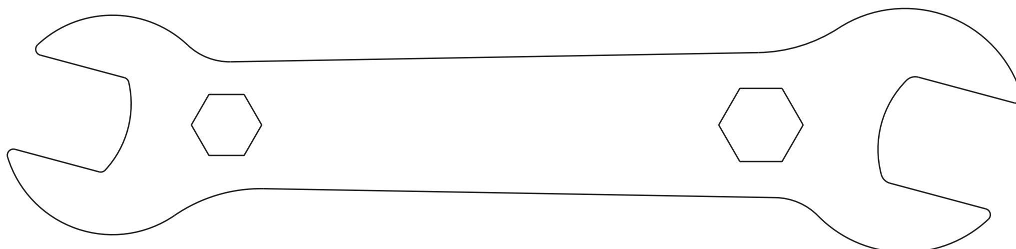
P x1



Q x1



R x1

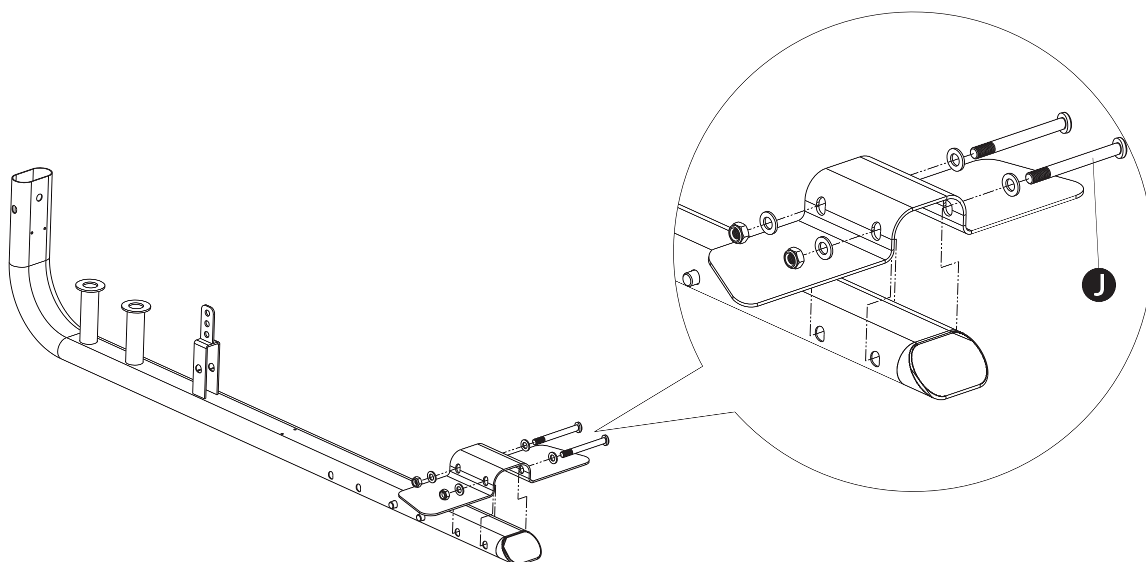


1

J x2

O x1

Q x1



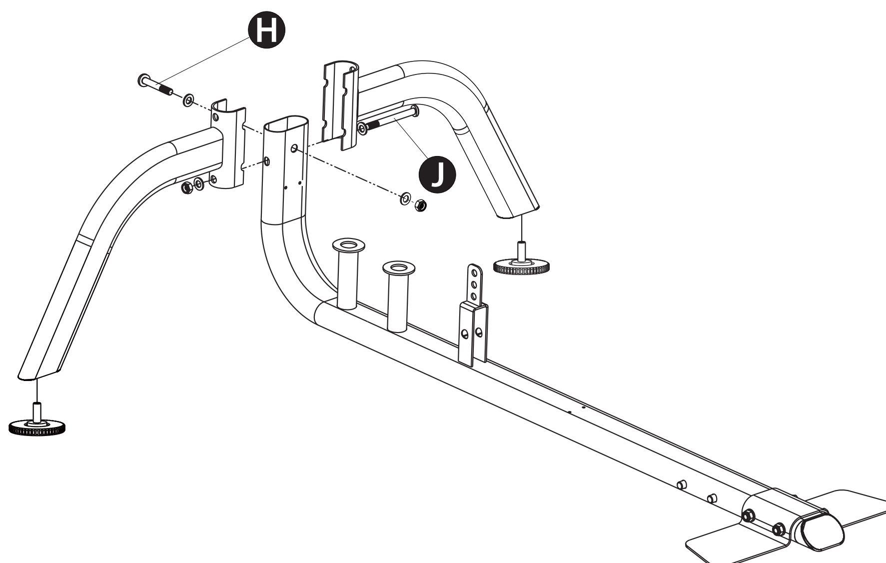
2

J x1

H x1

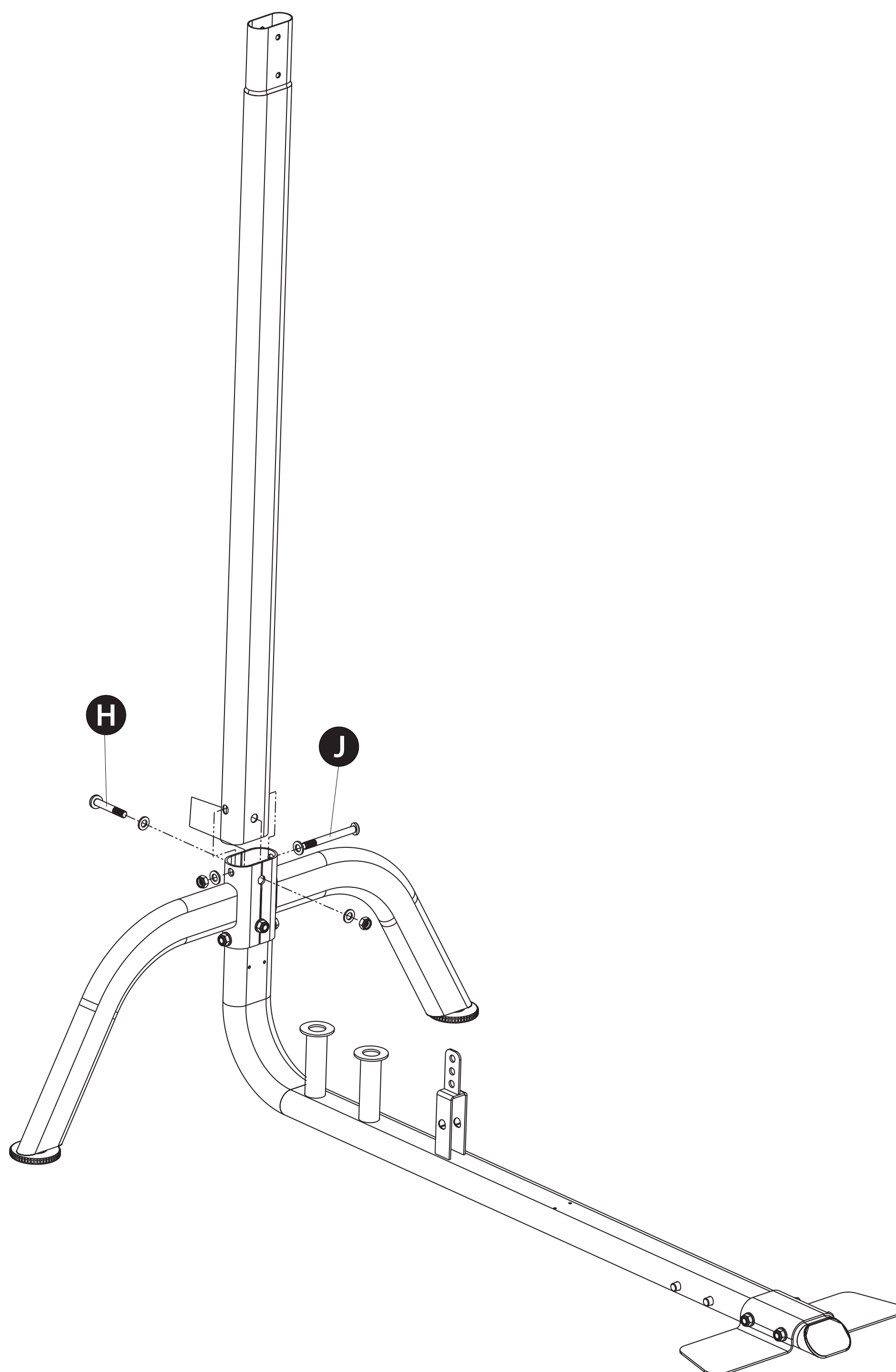
O x1

Q x1



3

J — x1
H — x1
O — x1
Q — x1



4



J

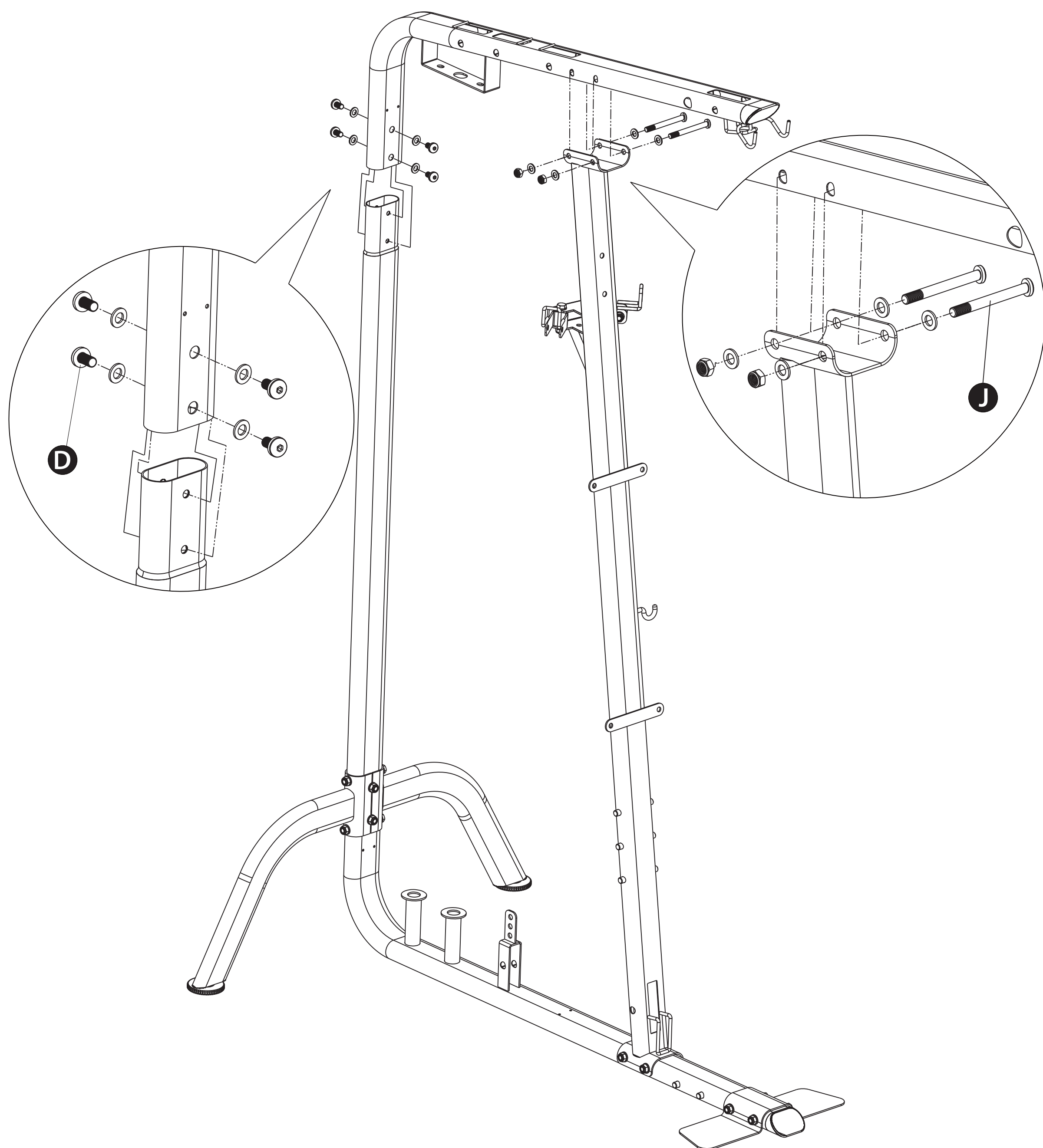
5

D x4

O x1

J x2

Q x1

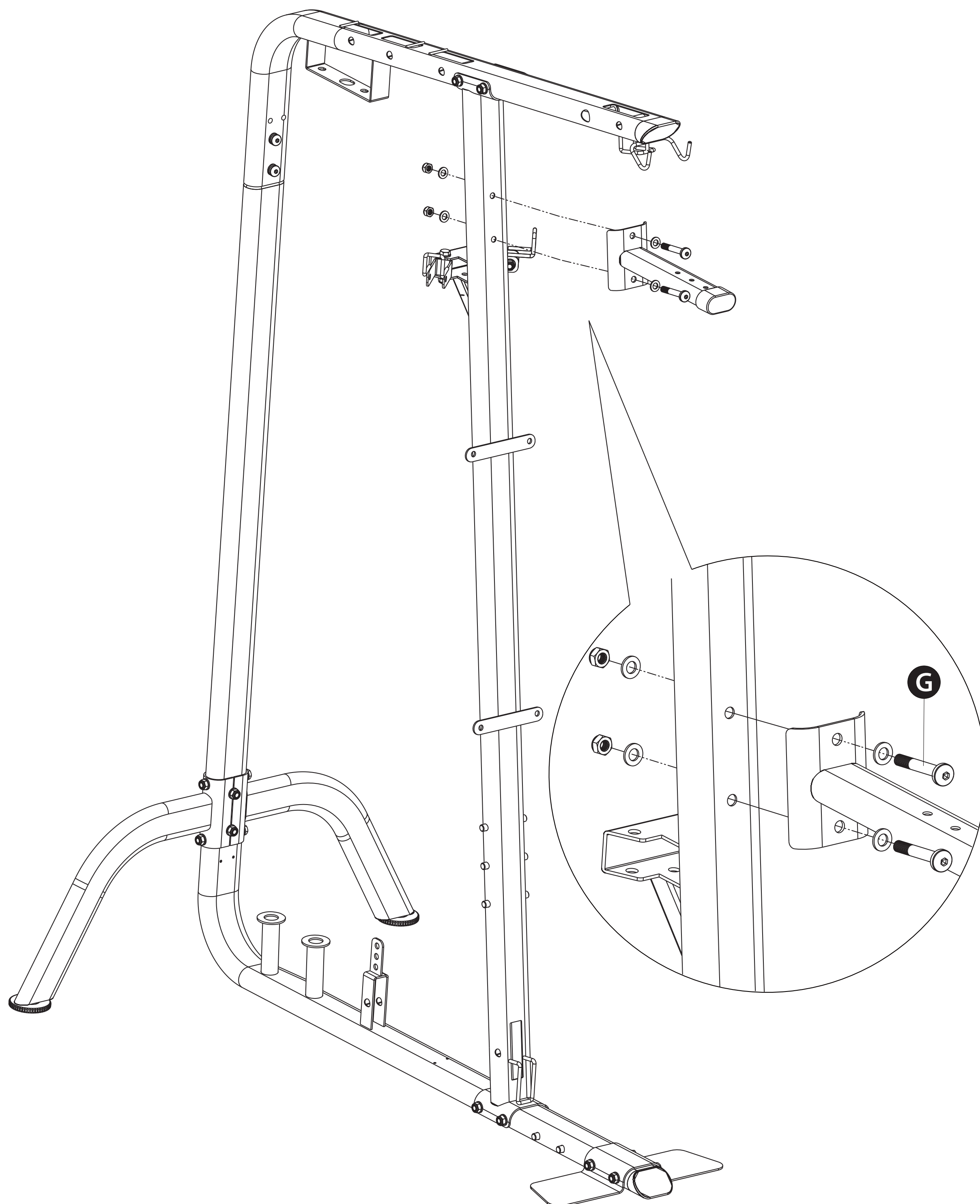


6

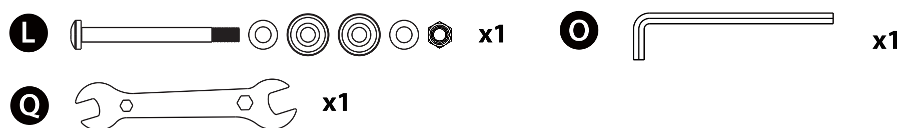
G x2

O x1

Q x1

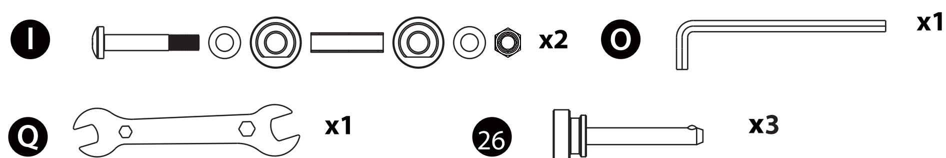


7



L

8



9

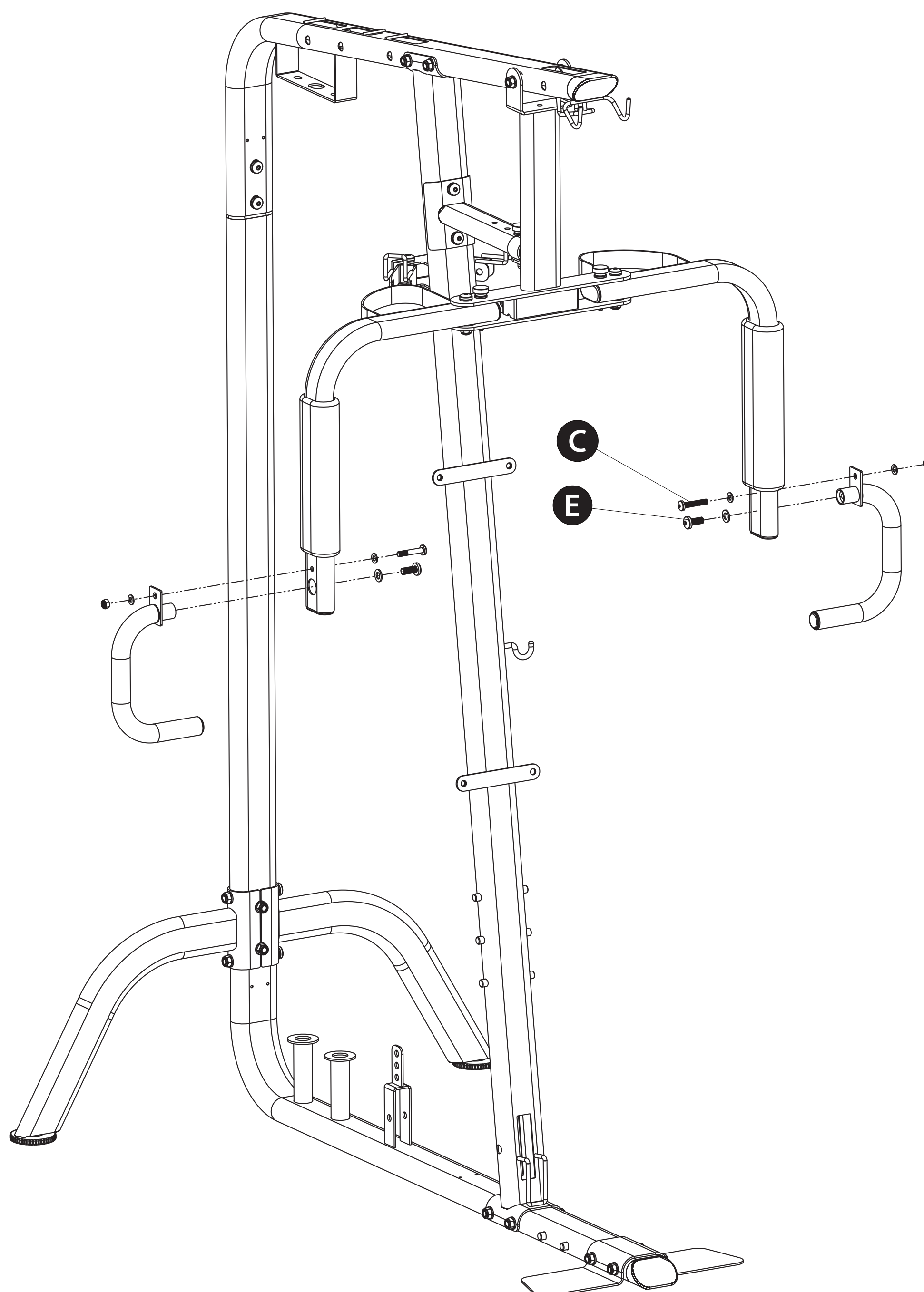
C x2

O x1

E x2

P x1

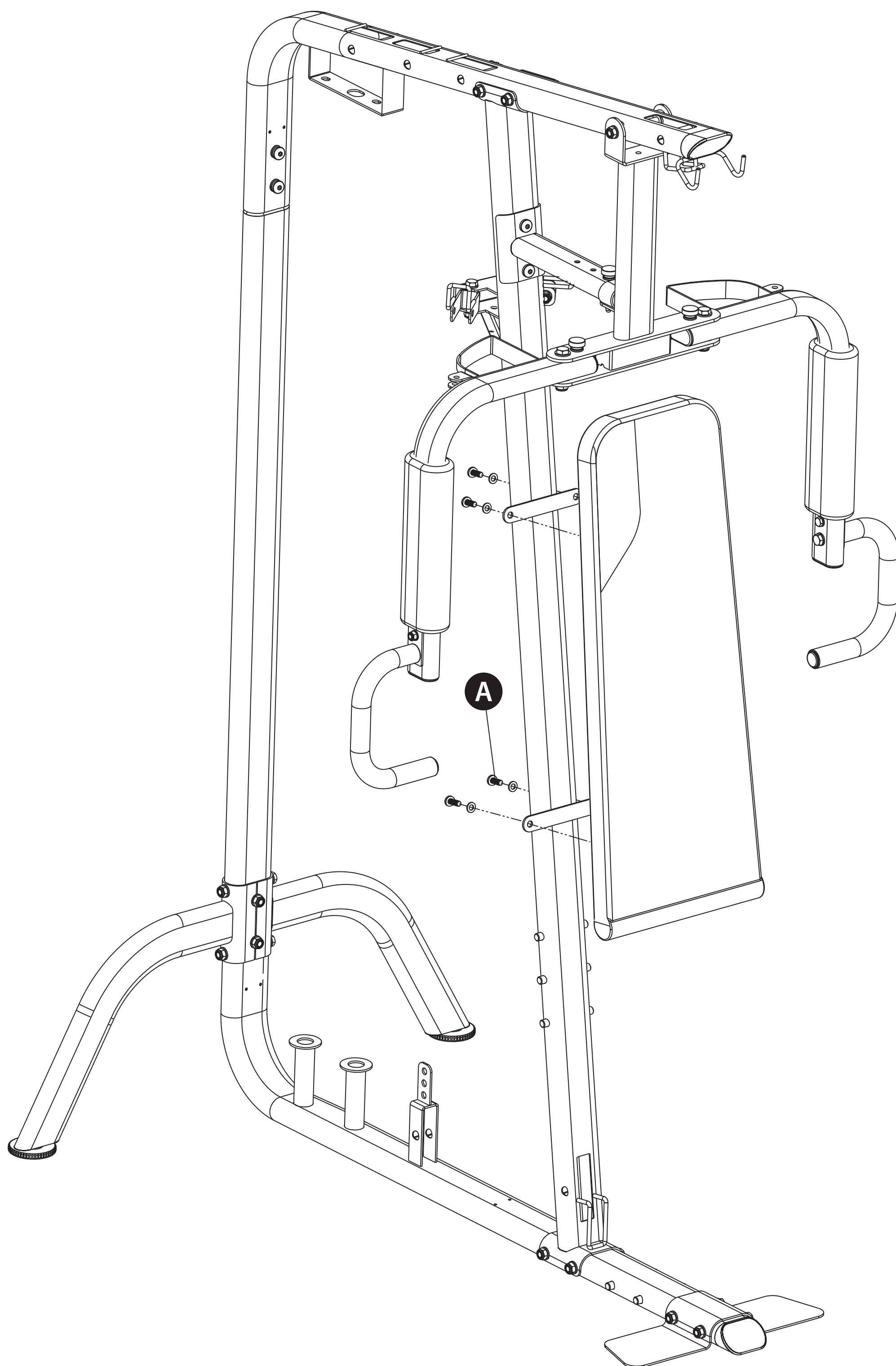
Q x1



10

A x4

P x1

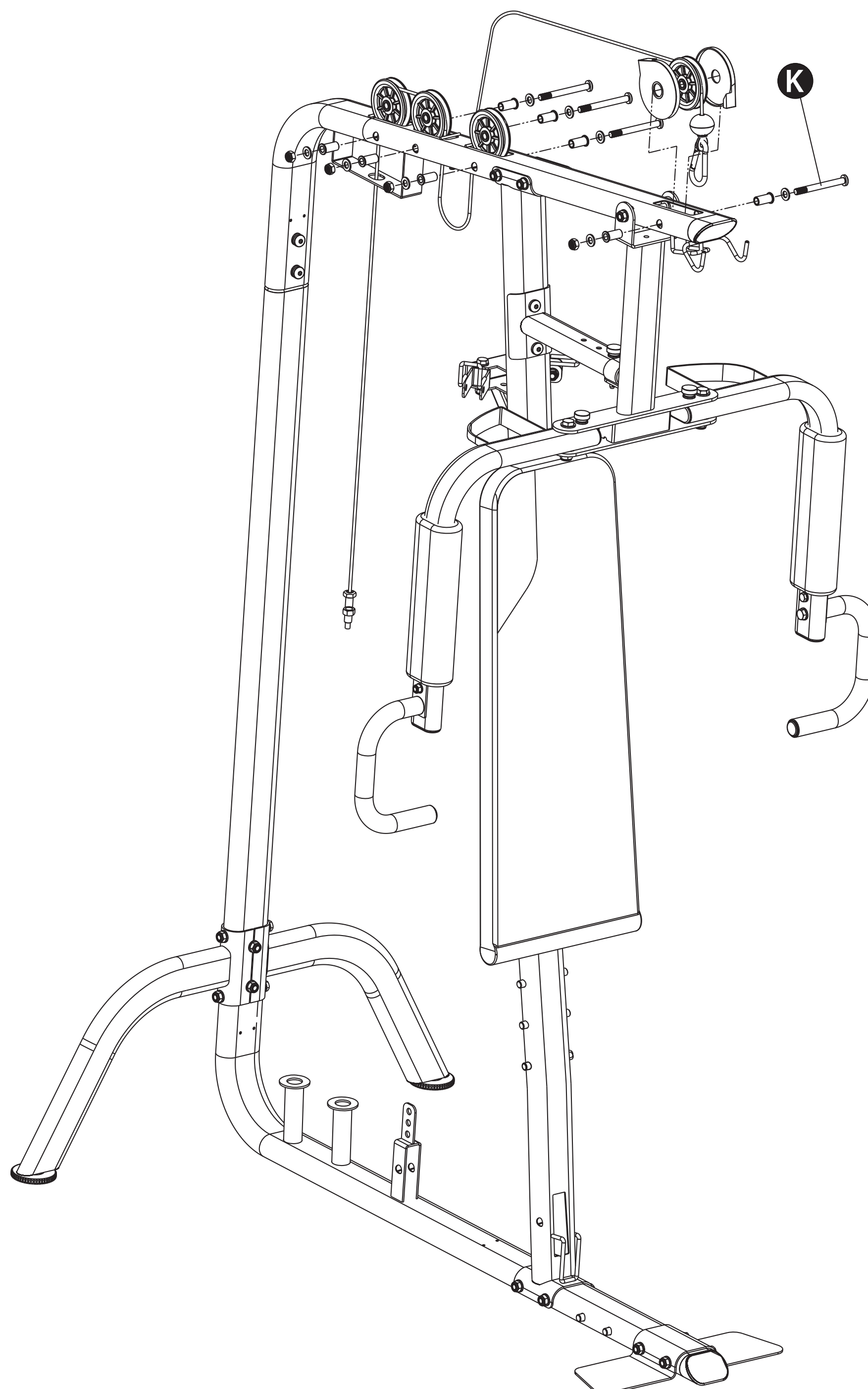


11

K x4

O x1

Q x1



12

N  x2

P  x1

1

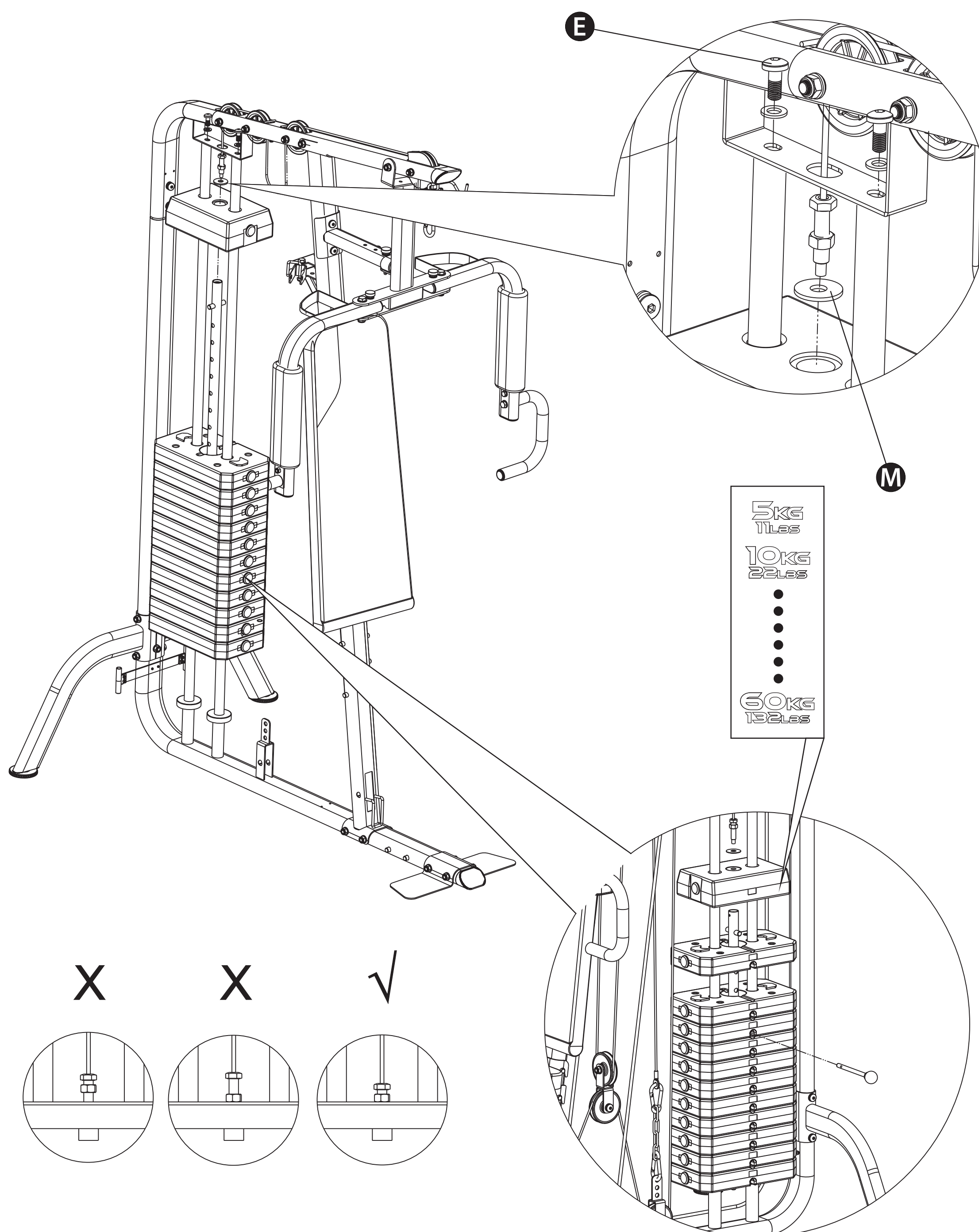
N

2

13

E x2 O x1

M x1 R x1



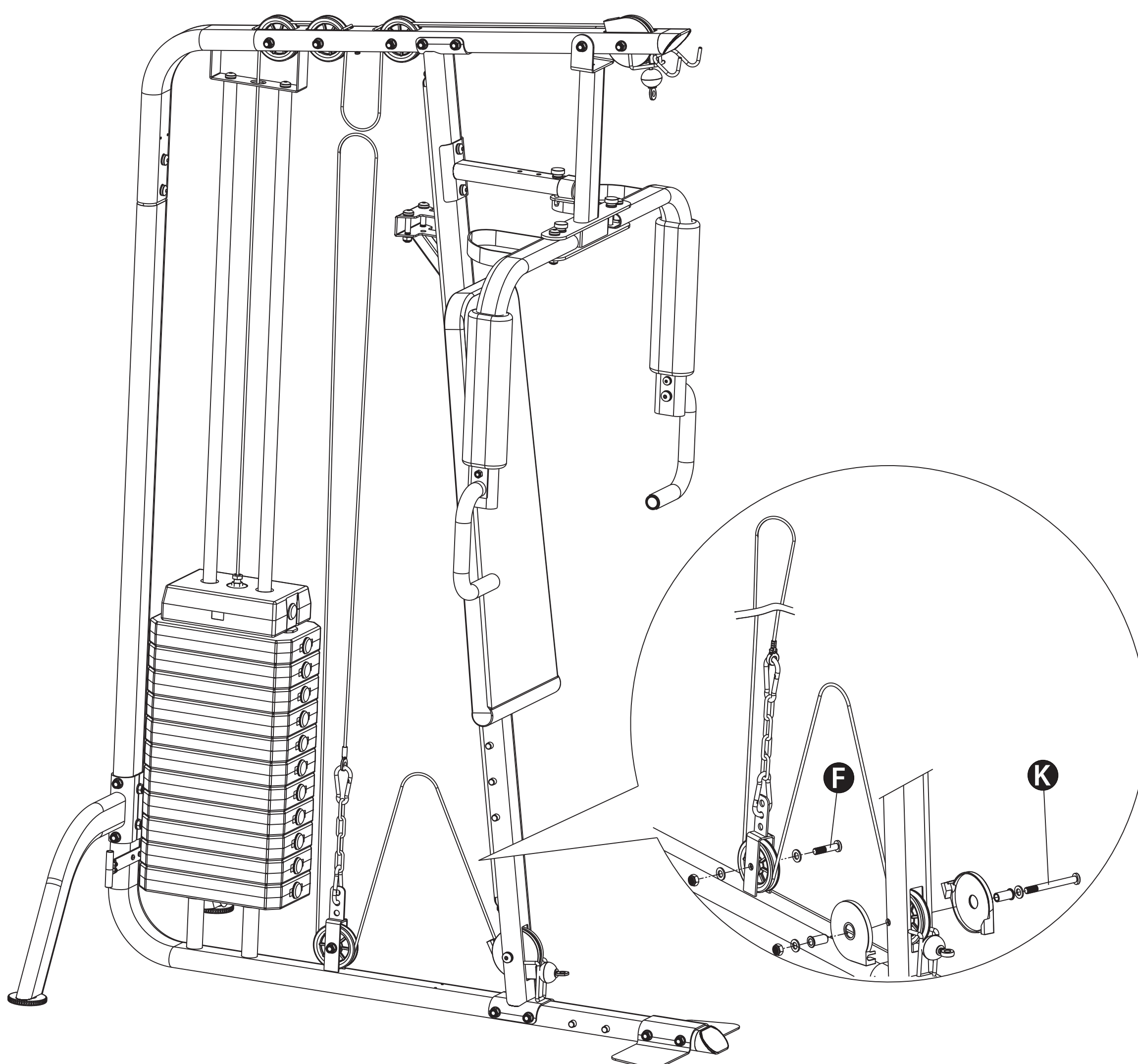
14

F x1

K x1

O x1

Q x1

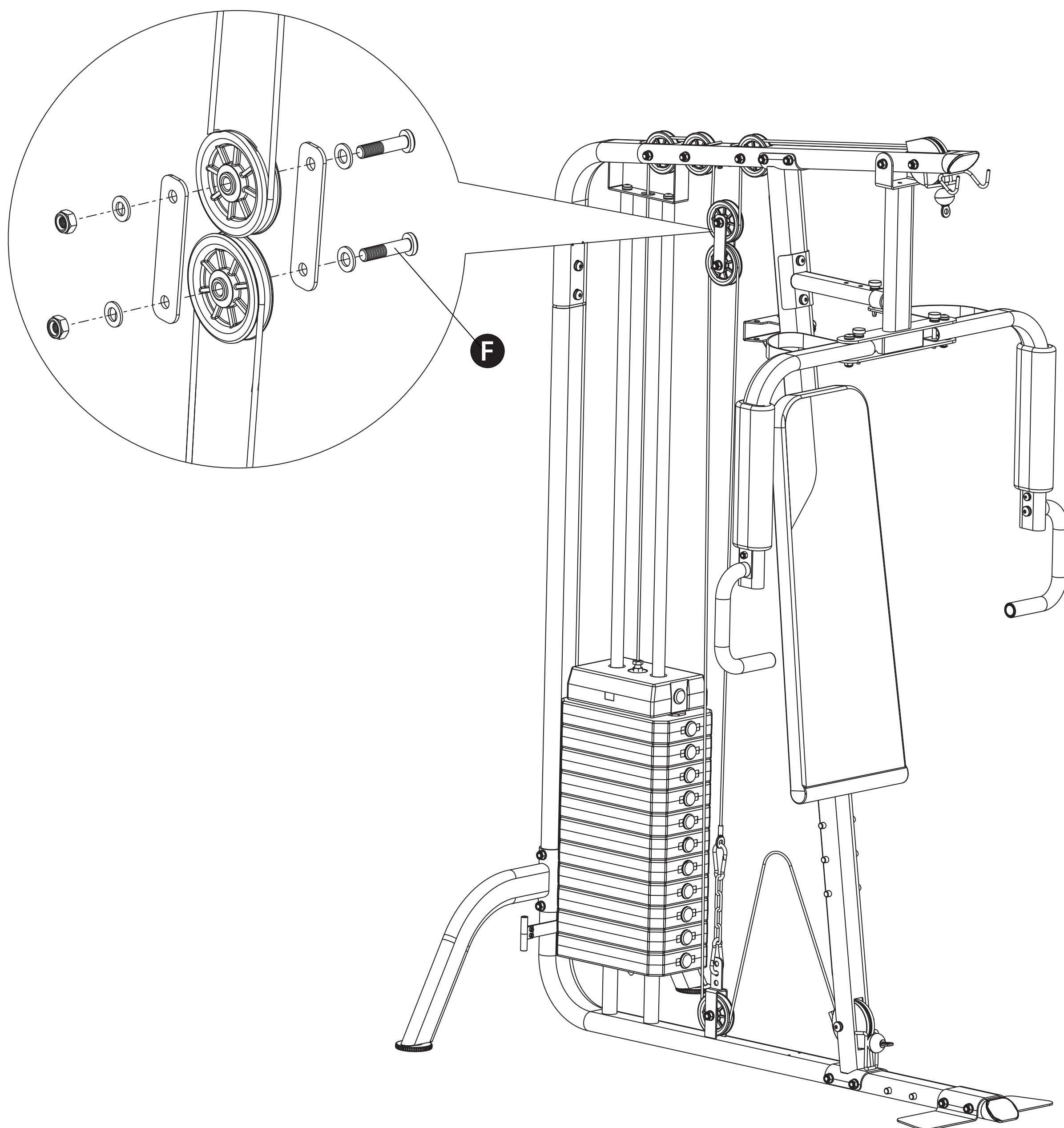


15

F x2

Q x1

O x1



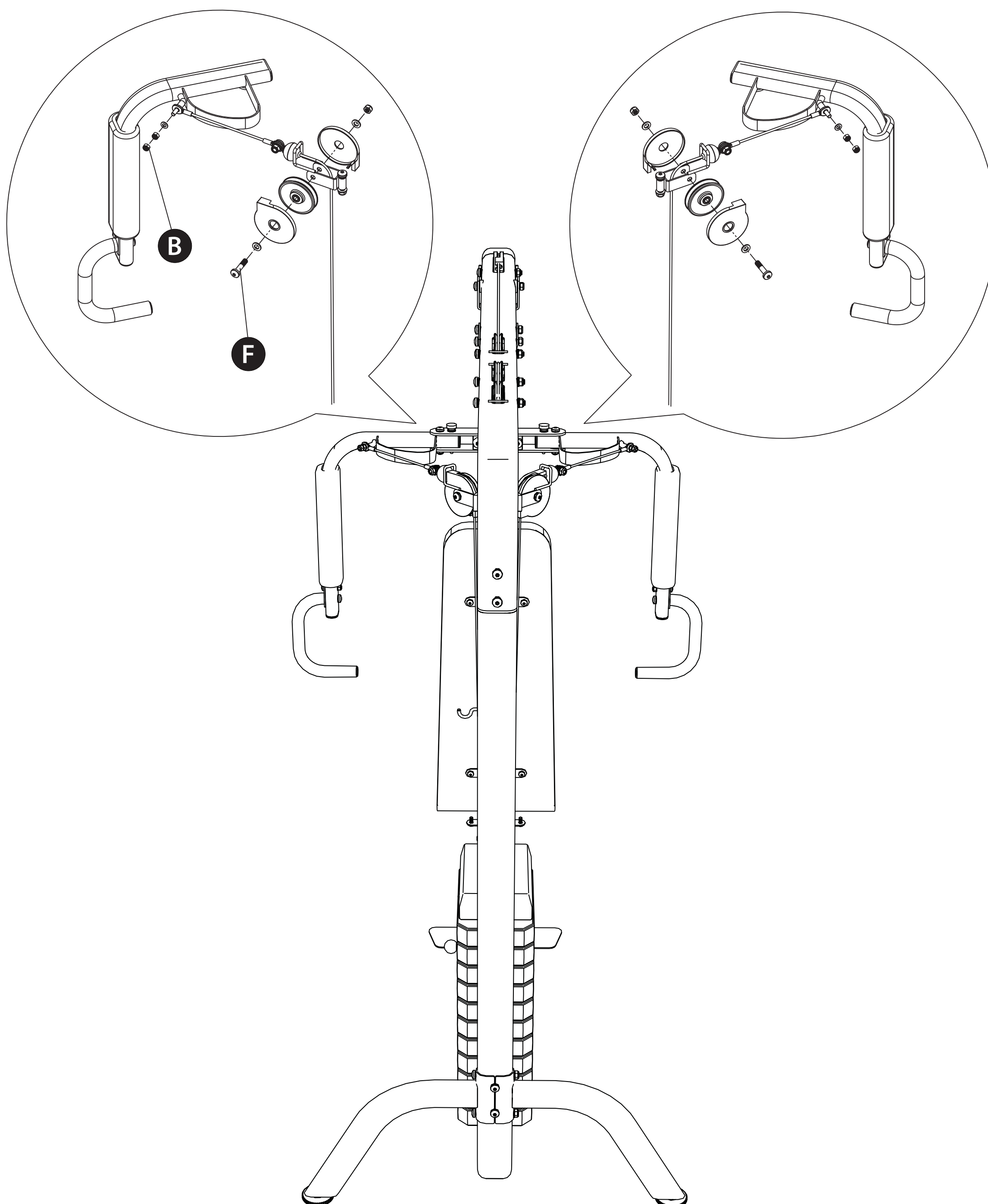
16

B x2

F x2

O x1

Q x1

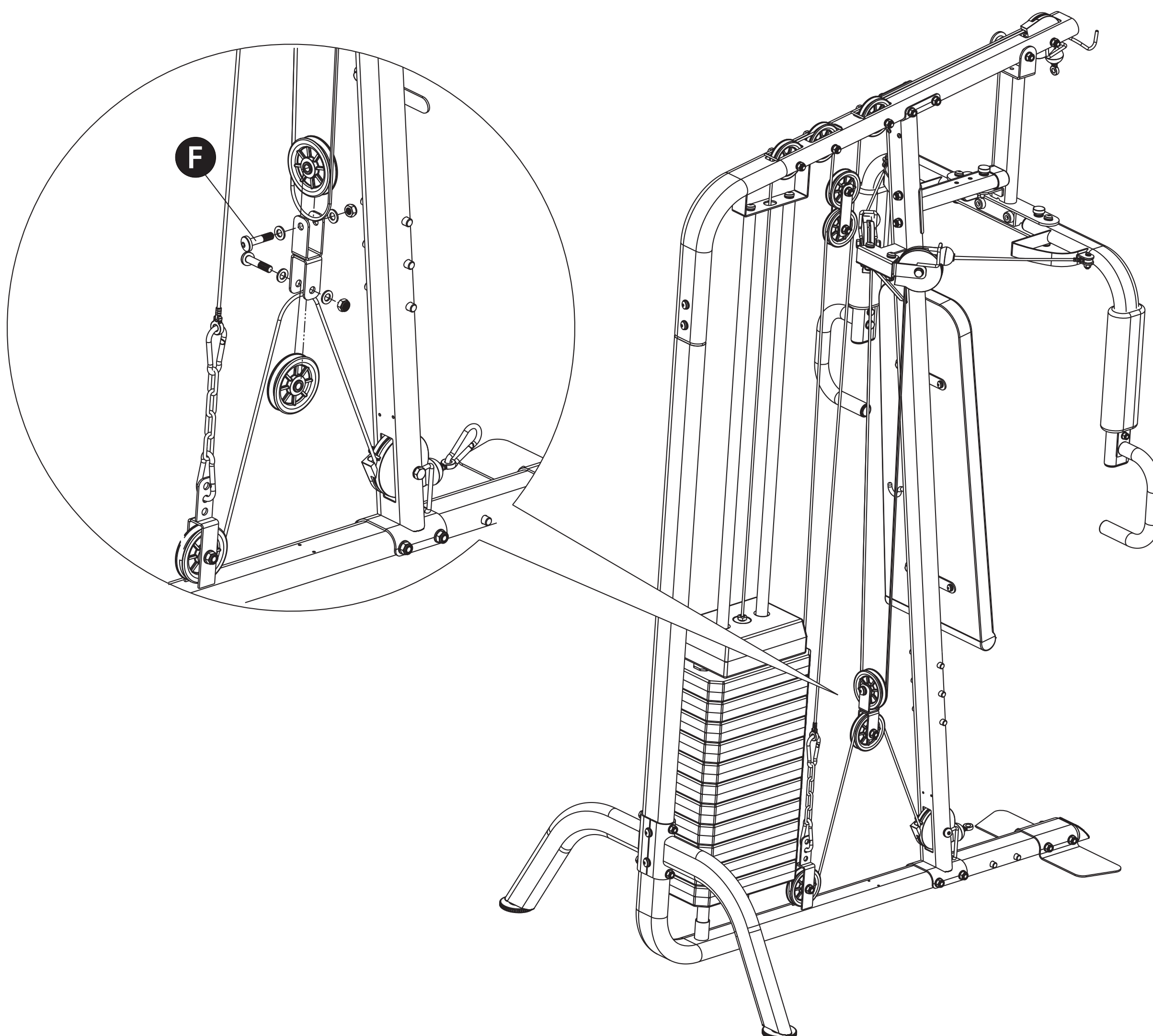


17

F — x2

O — x1

Q — x1

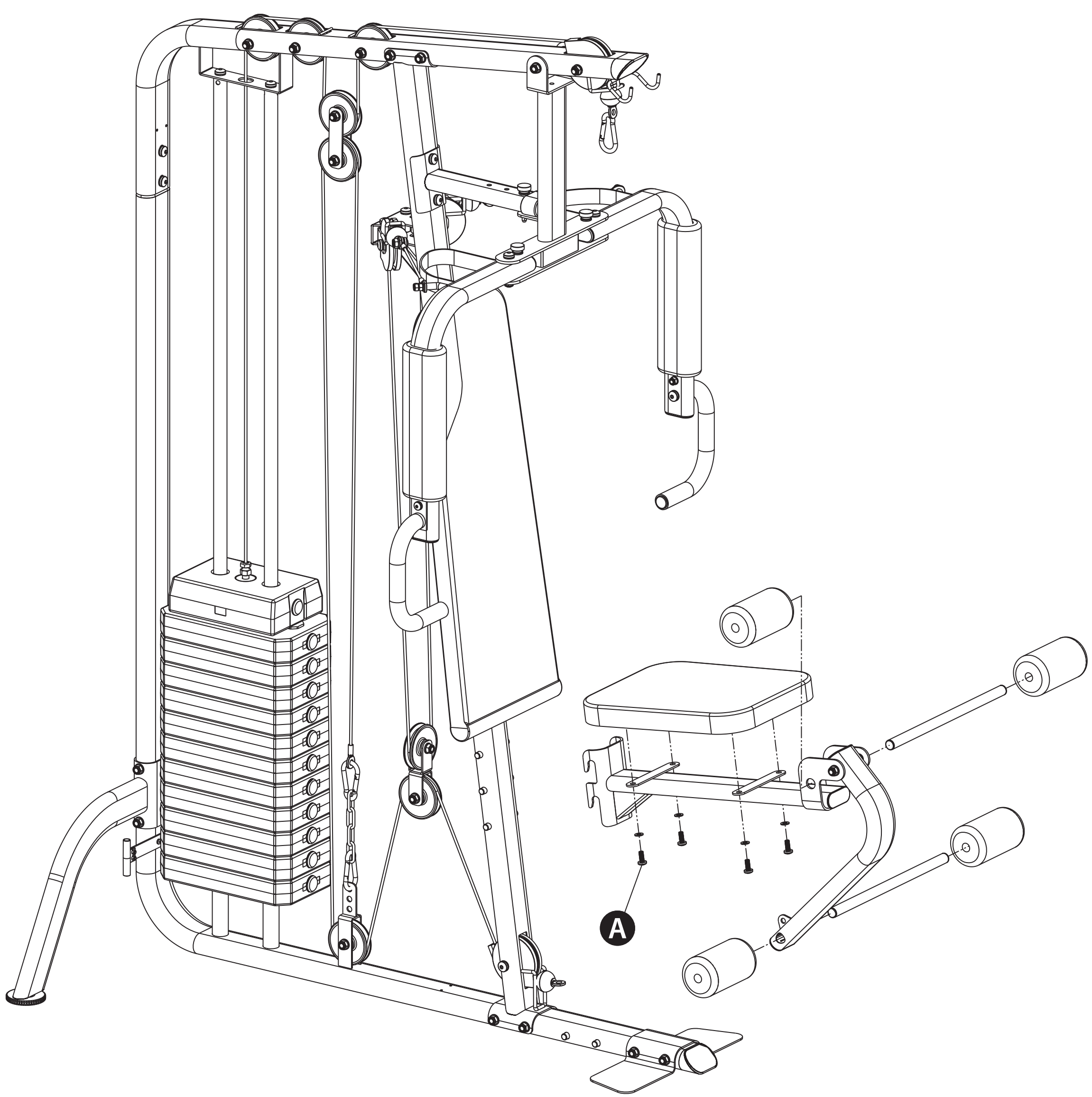


18

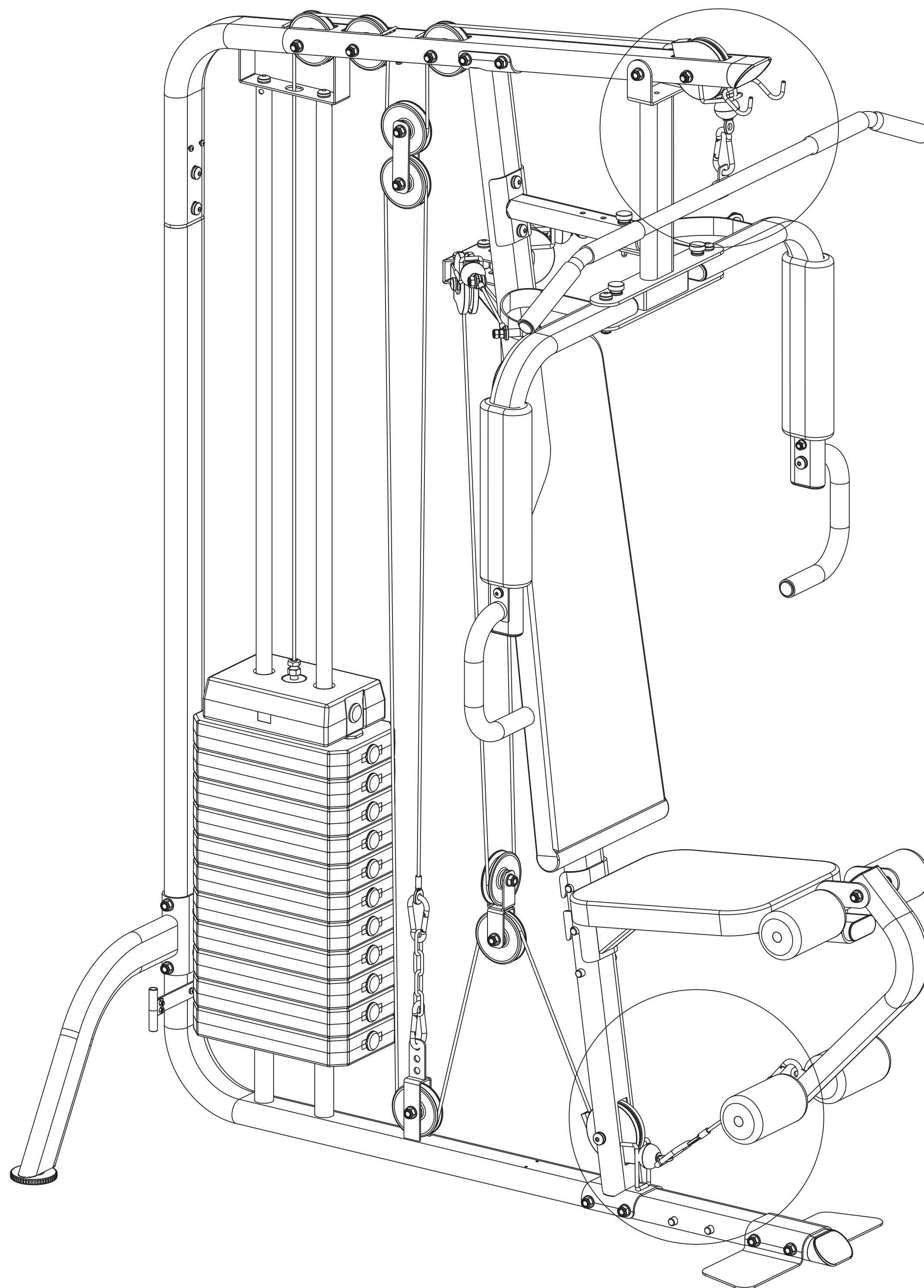
A x4

x1

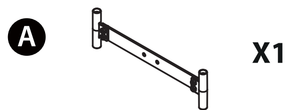
P

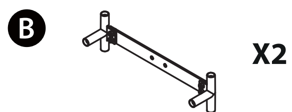


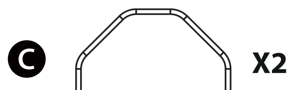
19

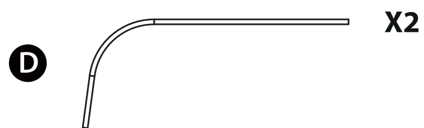


20

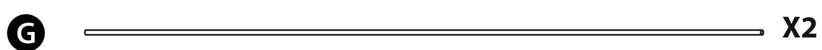
A  X1

B  X2

C  X2

D  X2

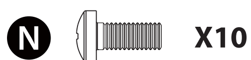
E  X2

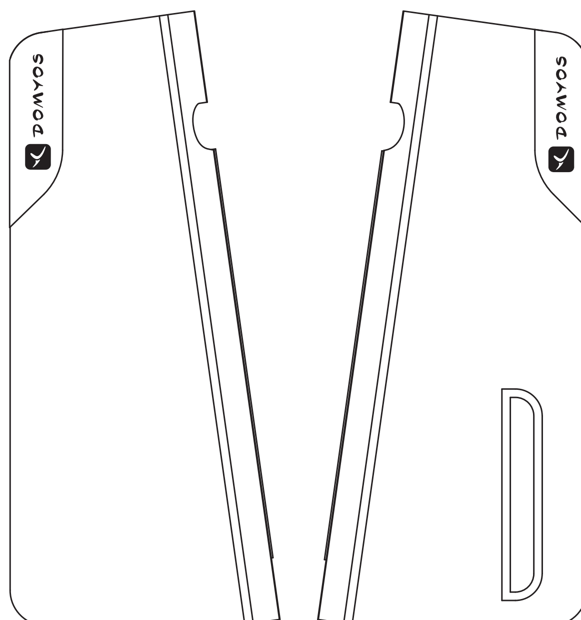
G  X2

H  X2

I  X2

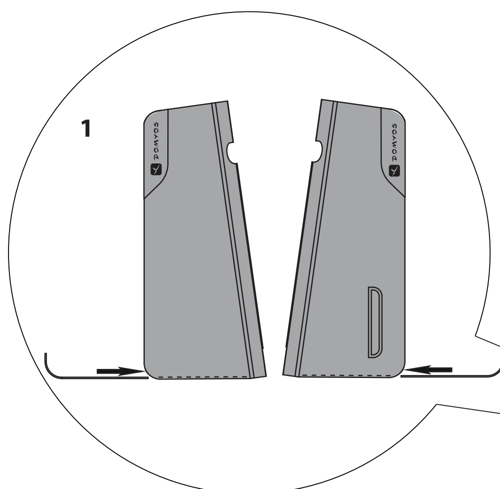
21

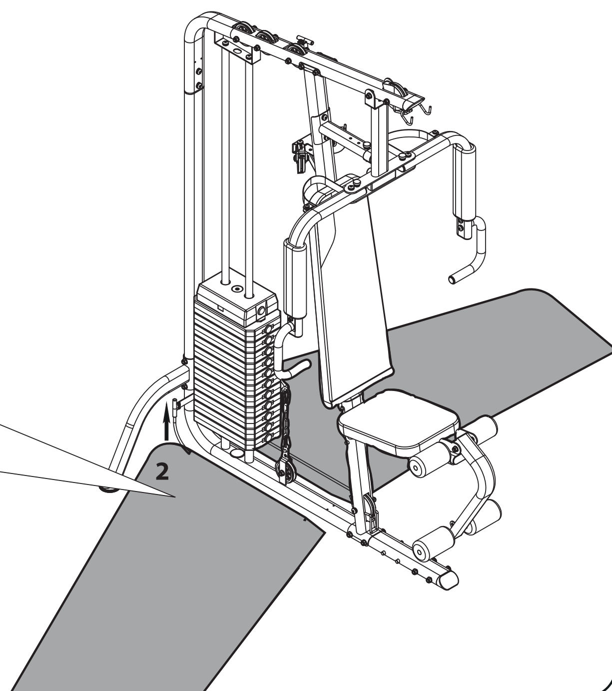
N  X10



22

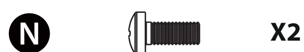


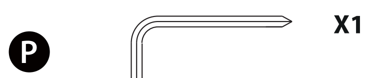


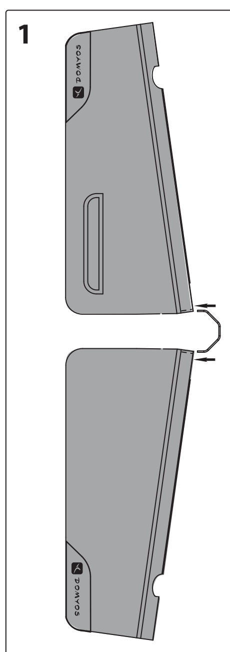


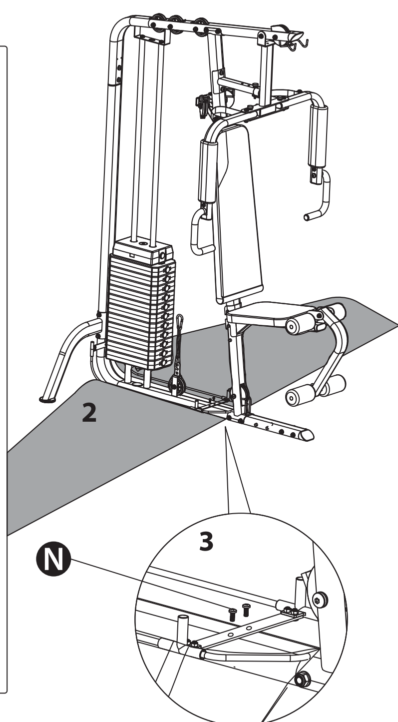
23









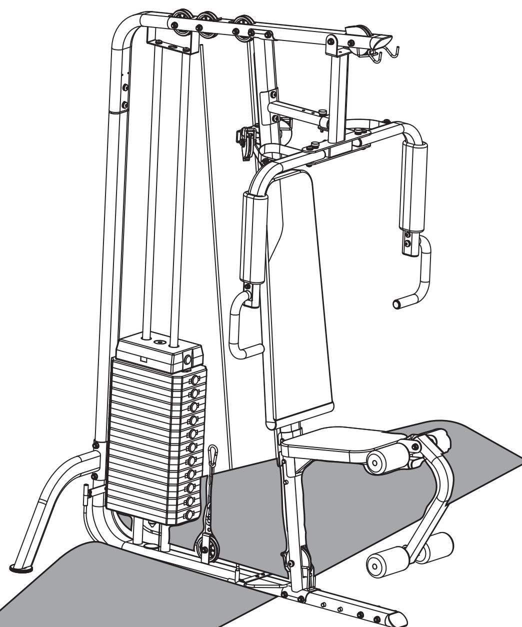


24

H

X2





25

I

X1



N

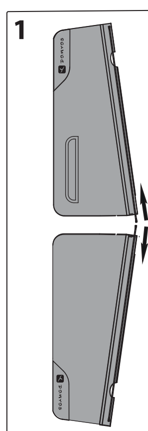


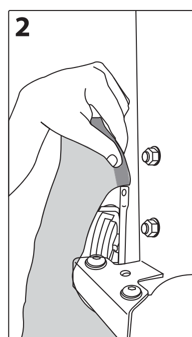
X4

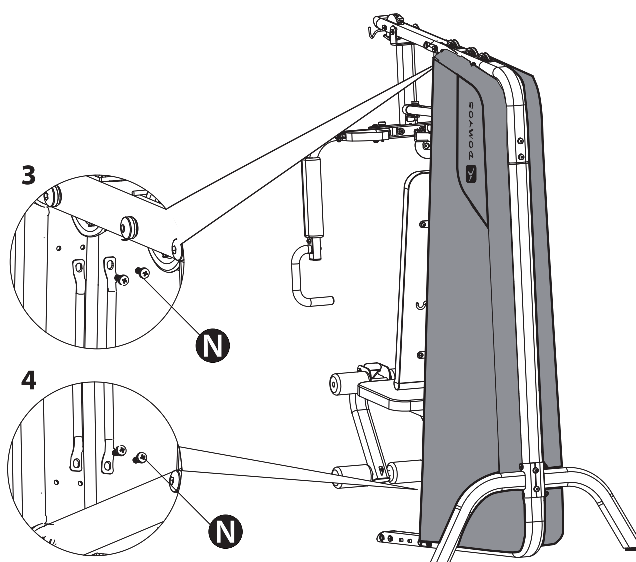
P



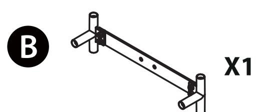
X1

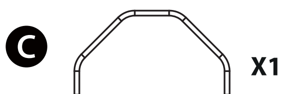




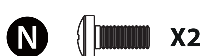


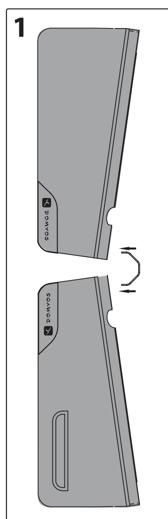
26

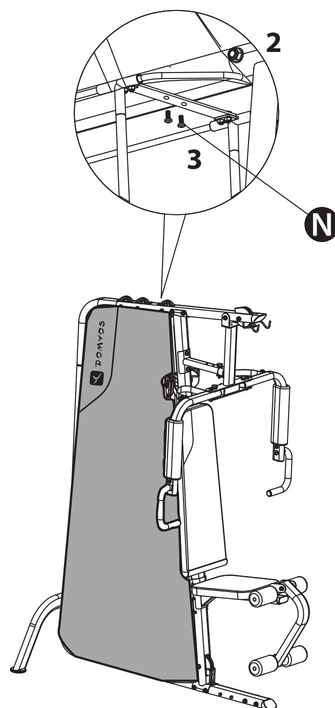






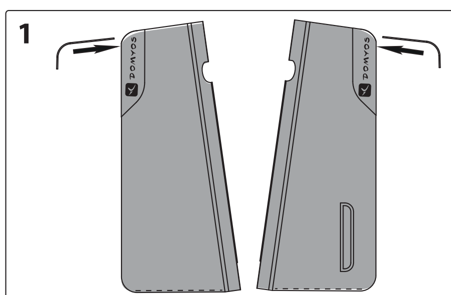


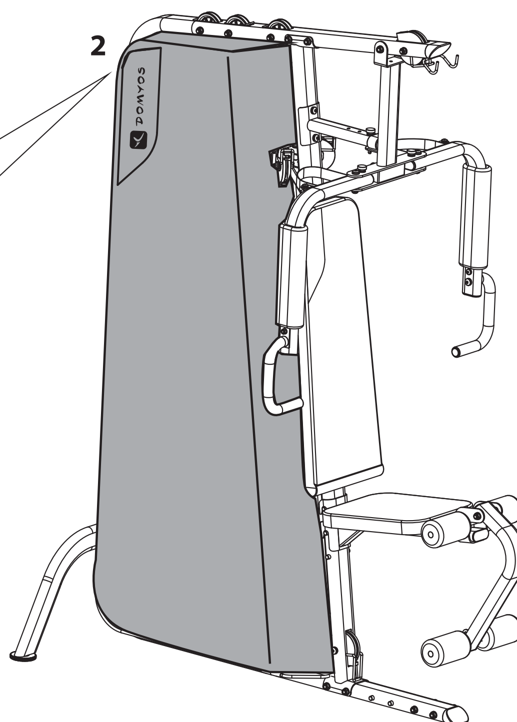




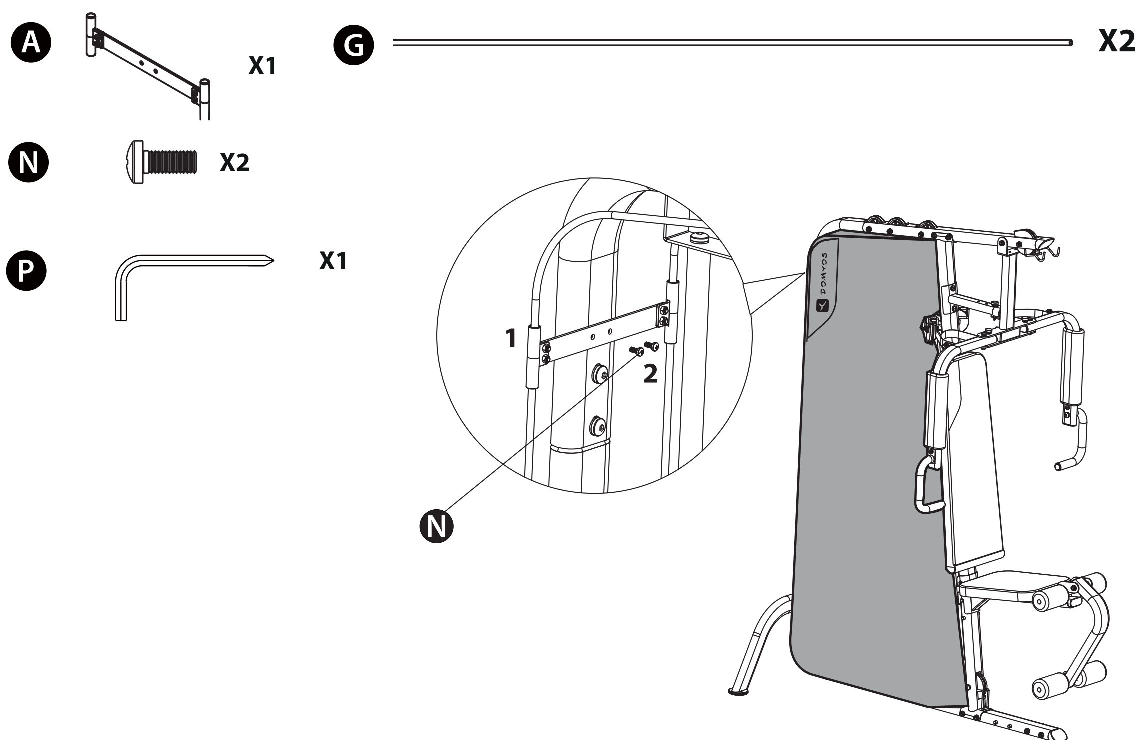
27



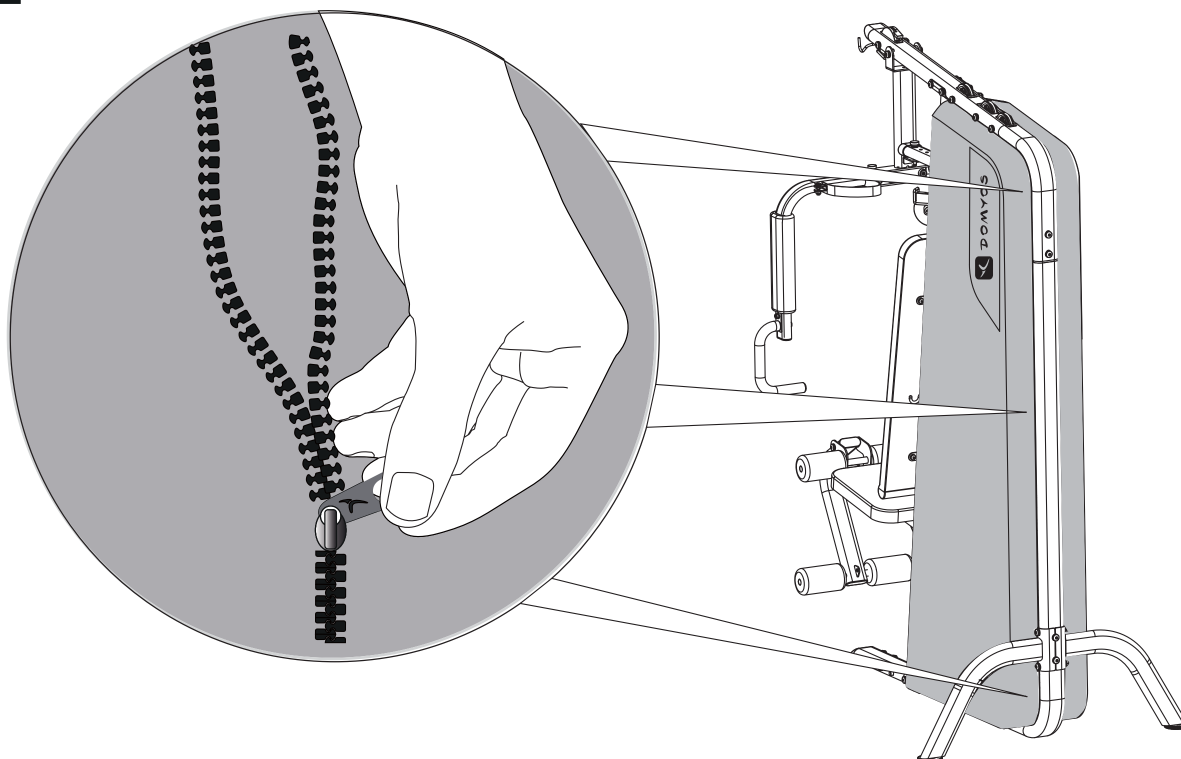




28



29



Gracias por su confianza al haber elegido un producto de la marca DOMYOS.

Tanto si es principiante como deportista profesional, DOMYOS será su aliado para mantenerse en forma o desarrollar su condición física. Nuestros equipos se esfuerzan en todo momento por diseñar los mejores productos. Si aun así tiene alguna observación, sugerencia o duda que plantearnos, le atenderemos en nuestra web DOMYOS.COM, donde también encontrará consejos para realizar ejercicios físicos y asistencia en caso de necesidad.

Esperamos que disfrute con el entrenamiento y que este producto de DOMYOS satisfaga plenamente sus expectativas.

ES

PRESENTACIÓN

DOMYOS HOME GYM COMPACT es un aparato de musculación compacto y polivalente. El entrenamiento sobre este tipo de aparato tiende a tonificar la totalidad de su masa muscular y mejorarsu condición física con un trabajo localizado músculo por músculo. Su gran resistencia permitirá acompañarle a lo largo de su progresión.

RECOMENDACIONES GENERALES

LÉALAS ATENTAMENTE Y GUÁRDELAS PARA CONSULTARLAS EN EL FUTURO.

1. Antes de comenzar un programa de ejercicios, consulte a su médico, Esto es importante sobre todo en las personas mayores de 35 años o en las que hayan tenido problemas de salud anteriormente. Lea todas las instrucciones antes de usar el producto.
2. Es responsabilidad del propietario asegurarse de que se informe adecuadamente a todos los usuarios del producto sobre todas las precauciones de empleo.
3. DOMYOS se exime de toda responsabilidad sobre las reclamaciones por lesiones o por los daños infligidos a cualquier persona u objeto que se originen por el uso incorrecto de este producto por parte del comprador o cualquier otra persona.
4. Este producto solo está destinado al uso doméstico. Este producto no está destinado al uso comercial, institucional ni al alquiler.
5. El usuario es responsable de asegurar un buen mantenimiento del aparato. Después de montar el producto y antes de empezar a usarlo, verifique que los elementos de fijación estén bien apretados y no sobresalgan. Compruebe el estado de las piezas más sometidas al desgaste.
6. Para proteger los pies durante el ejercicio, conviene usar calzado deportivo. No se prendas amplias ni colgantes que puedan quedar atrapadas en la máquina. Prescinda del uso de joyas. y sujétese el cabello para que no le moleste durante el ejercicio.
7. Si padece algún dolor o vértigos durante la realización del ejercicio, deténgase inmediatamente, descanse y consulte a un médico.
8. El aparato tiene que colocarse sobre una superficie plana y estable.
9. Debe quedar un espacio libre alrededor del aparato que permita utilizarlo con total seguridad.
10. No permita que se rebasen los dispositivos de regulación

UTILIZACIÓN

Como medida de seguridad, inspeccione el aparato regularmente.

- Si es principiante, empiece a entrenar durante varias semanas con pesas ligeras para acostumbrar su cuerpo al trabajo muscular.
- Caliente antes de cada sesión con un trabajo cardiovascular, series sin pesas o ejercicios en el suelo de calentamiento y estiramientos. Aumente progresivamente las cargas.
- Efectúe todos los movimientos de forma regular, sin golpes bruscos.
- Mantenga siempre la espalda recta. Evite hundir o redondear la espalda durante el movimiento.

Si es usted principiante, trabaje en series de 10 a 15 repeticiones, en general 4 series por ejercicio con un tiempo de recuperación mínimo entre cada serie (este tiempo de recuperación puede ser definido por su médico en su visita de control). Alterne los grupos musculares. No trabaje todos los músculos cada día, reparta su entrenamiento en varios días.

GARANTÍA COMERCIAL

En condiciones normales de uso, este producto cuenta con una garantía de DOMYOS de 5 años para la estructura y de 2 años para las demás piezas y la mano de obra a partir de la fecha de compra que aparece en el recibo.

La obligación de DOMYOS en virtud de esta garantía se limita a la sustitución o a la reparación del producto, a discreción de DOMYOS.

Esta garantía no se aplica en los siguientes casos:

- Daños causados durante el transporte
- Utilización y/o almacenamiento en el exterior o en un ambiente húmedo
- Montaje mal realizado
- Mal uso o uso anómalo
- Mantenimiento incorrecto
- Reparaciones efectuadas por técnicos no autorizados por DOMYOS
- Utilización fuera del entorno privado

Esta garantía comercial no excluye la garantía legal vigente en el país donde se adquiera el producto.

Para beneficiarse de la garantía del producto, consulte la última página del manual de instrucciones.

AFTER-SALES SERVICE • SERVICE APRÈS-VENTE • SERVICIO POSVENTA • KUNDENDIENST • SERVIZIO ASSISTENZIA POST-VENDITA • AFTERSALESAFDELING • ASSISTÊNCIA PÓS-VENDA • SERWIS PO SPRZEDAŻY • ÜGYFÉLSZOLGÁLAT • СЕРВИСНАЯ СЛУЖБА • SERVICIU POST-VÂNZARE • POPREDAJNÝ SERVIS • POPRODEJNÍ SERVIS • EFTERMARKNAD • СЛЕДПРОДАЖБЕН СЕРВИЗ • SATIŞ SONRASI SERVİSİ • SERVIS NAKONPRODAJE • POPRODAJNA SLUŽBA • D□CH V□ SAU BÁN HÀNG • 售后服务 • アフターサービス• 售後服務 • บริการหลังการขาย • بعد خدمة البيع

FRANCE
Besoin d'assistance ?
Retrouvez-nous sur le site internet http://www.domyos.fr/sav (coût d'une connexion internet) ou contactez le centre de relation clientèle, muni d'un justificatif d'achat, au 0800 71 00 71 (appel gratuit depuis un poste fixe en France métropolitaine).

ESPAÑA
¿Necesita asistencia?
Nos puede encontrar en el sitio web http://www.domyos.es/sav (coste de conexión de internet) o contacte con el centro de atención al cliente, con el ticket de compra, a 914843981 para ayudarle a abrir un dosier spv (servicio de post venta, llamada gratuita desde un telefono fijo desde España).

ITALIA
Hai bisogno di assistenza?
Ci puoi contattare dal sito www.domyos.it/sav per aprire un dossier di assistenza post vendita. Se non hai una connessione ad internet, contatta il Servizio Clienti, munito dello scontrino al num 199 122 326 (11,88 cent/euro al min. + IVA) per farti aiutare ad aprire una segnalazione.

BELGIQUE
Besoin d'assistance ?
Retrouvez le service après vente sur le site internet http://www.domyos.be/sav (coût d'une connexion internet) qui vous permet d'effectuer une demande d'assistance si besoin.

BELGIË / NEDERLAND
Bijstand nodig?
U vindt de dienst na verkoop terug op de website http://nl.domyos.be/sav (kost van internetverbinding). Hier kan u een bijstandsaanvraag indienen indien nodig.

PORTUGAL
Necessita de assitência?
Encontre-nos no site domyos.pt ou nos contacte através do nosso Centro de apoio técnico tendo em mãos uma prova de compra (cartão Decathlon ou factura de caixa) pelo número 800 919 970* Serviço pós venda gratuito para os produtos Domyos, ver condições de garantia. *Chamada gratuita.

DEUTSCHLAND
Brauchen Sie Hilfe?
Sie finden uns auf der Internetseite: www.Domyos.com oder Sie rufen unser Customer- Relationship -Center an unter: 0049-7153-5759900
Halten Sie bitte Ihre Rechnung bereit.

中国
你需要帮助吗？
请访问我们的网站
http://www.domyos.cn/sav
或拨打我们的全国免费客服电话 4009-109-109。温馨提示: 拨打电话前, 请找到您的购物凭证。

OTHER COUNTRIES
Need help?
Find us on our website www.domyos.com (cost of an internet connection) or go to the front desk of one of the stores where you bought the product, with proof of purchase.

AUTRES PAYS
Besoin d'assistance ?
Retrouvez-nous sur le site internet www.domyos.com (coût d'une connexion internet) ou présentez-vous à l'accueil d'un magasin de l'enseigne où vous avez acheté votre produit, muni d'un justificatif d'achat.

OTROS PAÍSES
¿Necesita asistencia?
Nos puede encontrar en el sitio web www.domyos.com (coste de conexión de internet) o preséntese con el justificante de compra en la recepción de la tienda de la marca donde haya comprado el producto.

ANDERE LÄNDER
Brauchen Sie Hilfe?
Besuchen Sie unsere Internet-Site www.domyos.com (Kosten des Internetanschlusses) oder wenden Sie sich an die Empfangsstelle des Geschäfts der Marke, in welchem Sie Ihr Produkt gekauft haben. Legen Sie bitte Ihren Kaufnachweis vor.

ALTRI PAESI
Bisogno di assistenza?
Ci potete trovare sul sito Internet www.domyos.com (costo di una connessione Internet) o potete recarvi all'accoglienza di un negozio del marchio in cui avete comprato il prodotto, muniti di un giustificativo di acquisto.

OVERIGE LANDEN
Nog vragen?
Raadpleeg onze internetsite www.domyos.com (kosten internetverbinding) of ga naar de ontvangstbalie van de winkel waarin u het product heeft gekocht. Neem het aankoopbewijs mee.

OUTROS PAÍSES
Precisa de assistência?
Contacte-nos através do site da Internet www.domyos.com (custo de uma ligação à Internet) ou dirija-se à recepção da loja da marca onde adquiriu o seu produto, com o respectivo comprovativo de compra.

INNE KRAJE
Potrzebujesz pomocy?
Znajdź nas na stronie internetowej www.domyos.com (koszt jednego połączenia internetowego) lub wraz z dowodem zakupu zgłoś się do punktu obsługi sklepu firmowego lub tam, gdzie dokonałeś zakupu produktu.

MÁS ORSZÁGOK
Segítségre van szüksége?
Keressen meg minket internetes honlapunkon www.domyos.com (internetcsatlakozás ára), vagy forduljon személyesen egyik üzletünk vevőszolgálatához, amely üzletben vásárolta a terméket, a vásárlási bizonylattal.

ДРУГИЕ СТРАНЫ
Нужна поддержка?
Обратитесь к нам через наш интернет-сайт www.domyos.com (стоимость подключения к интернету) или подойдите в отдел обслуживания клиентов в магазине той сети, в которой вы купили ваш продукт, с товарным чеком.

ALTE ŢĂRI
Aveţi nevoie de asistenţă?
Ne puteţi găsi pe site-ul www.domyos.com (preţul unei conectări la internet) sau vă puteţi prezenta la serviciul de relaţii cu clienţii al magazinului firmei de la care aţi achiziţionat produsul, având asupra dumneavoastră dovada cumpărării.

OSTATNÉ KRAJINY
Potrebujete asistenciu?
Nájdite si nás na internetových stránkach www.domyos.com (cena internetového pripojenia), alebo sa obráťte na oddelenie styku so zákazníkom v obchode, kde ste svôj výrobok zakúpili a popritom nezabudnite predložiť doklad o kúpe.

OSTATNÍ ZEMĚ
Potřebujete pomoc?
Kontaktujte nás na našich internetových stránkách www.domyos.com (cena za internetové připojení) nebo přijďte na recepci jedné z prodejen značky, kde jste koupili váš výrobek, a předložte doklad o nákupu.

ANDRA LÄNDER
Behöver du hjälp?
Hitta oss på hemsidan www.domyos.com (kostnad för internet-anslutning tillkommer) eller gå till kundtjänsten i butiken där du köpte produkten, med ditt inköpsbevis.

ДРУГИ ДЪРЖАВИ
Имате нужда от помощ?
Моля, посетете нашия сайт: www.domyos.com (цената на интернет връзка) или отидете в отдел "Обслужване на клиенти" на магазина, където сте купили продукта, като носите със себе си документ, доказващ направената покупка.

DİĞER ÜLKELER
Yardıma mı ihtiyacınız var?
www.domyos.com internet sitesinden bize ulaşabilirsiniz (bir internet bağlantı ücreti karşılığında) veya bir satın alma kanıtı ile birlikte, ürünü satın aldığınız mağazanın danışma bölümüne başvurabilirsiniz.

OSTALE ZEMLJE
Potrebna vam je pomoć?
Pronađite nas na internetskoj stranici www.domyos.com (po cijeni naknade za korištenje interneta) ili savjet potražite u trgovini u kojoj ste kupili proizvod, uz predočenje računa.

DRUGE DRŽAVE
Potrebujete pomoč?
Obiščite našo spletno stran www.domyos.com ali trgovino, v kateri ste izdelek kupili, pri čemer je potrebno dokazilo o nakupu.

QU□C GIA KHÁC
Cần hỗ trợ?
Hãy liên hệ với chúng tôi qua trang web www.domyos.com (cần có kết nối internet) hoặc đến đại lý chính hãng mà bạn đã mua sản phẩm, mang theo minh chứng mua hàng

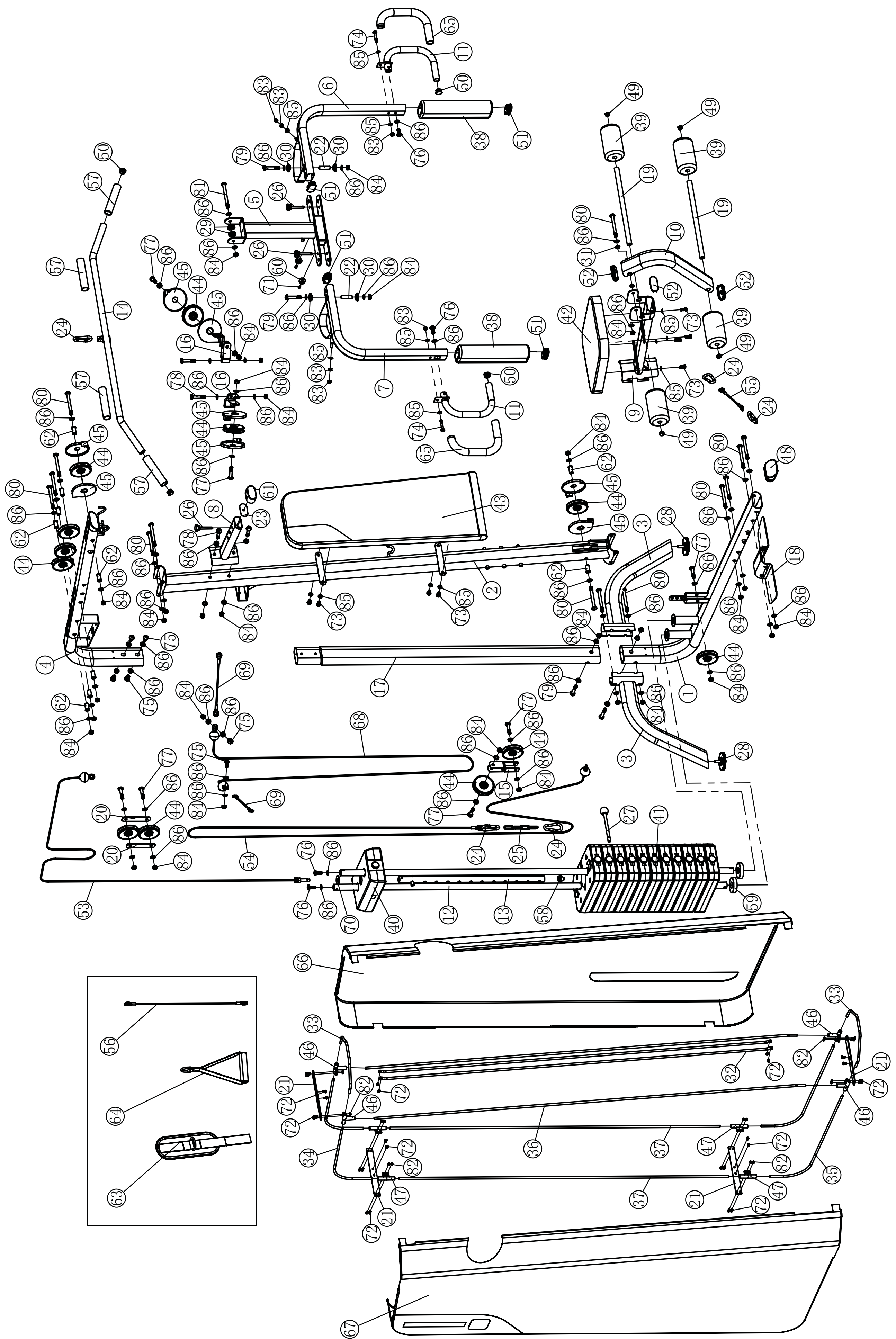
其他国家
需要帮助？
请登陆 www.domyos.com 与我们联系（普通上网费用）或携带购物发票至您购买产品的商店信息咨询处咨询。

その他の国
ヘルプが必要ですか？
サイトwww.domyos.comをご覧ください(インターネット接続料)。もしくは製品購入を証明するものをご持参の上、お買い上げいただいた取扱店にお越しください。

其他國家
需要幫助？
請登陸 www.domyos.com 與我們聯繫（普通上網費用）或攜帶購物發票至您購買產品的商店的信息諮詢處諮詢。

ประเทศอื่น ๆ
ต้องการรับความช่วยเหลือ ?แ
พบกับเราได้ที่เว็บไซต์ www.domyos.com
(อาจมีค่าใช้จ่ายในการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต)
หรือที่แผนกของห้างร้านที่คุณได้ซื้อผลิตภัณฑ์
พร้อมกับหลักฐานการซื้อผลิตภัณฑ์

دول أخرى
هل تحتاج إلى مساعدة؟
اتصل على عبر موقعنا الإلكتروني
www.domyos.com
(تكلفة اتصال بالإنترنت) أو توجه إلى
المحل الذي اشتريت منه المنتج والذي
يوجد به علامة الشركة، واحرص على
تقديم إثبات الشراء.



DOMYOS
HOME GYM COMPACT

Original instructions to be kept
Notice originale à conserver
Conserve estas instrucciones originales
Originalanleitung für Ihre Unterlagen
Istruzioni originali da conservare
De oorspronkelijke handleiding dient bewaard te worden
Manual original a guardar
Instrukcja obsługi do zachowania na przyszłość
Tegye el az eredeti használati utasítást.
Сохраните оригинальную инструкцию
Informații originale care trebuie păstrate
Originál návod uchovať
Originální návod uschovejte
Originalbipacksedel att spara
Запазете оригиналното упътване
Muhafaza edilecek orijinal kullanım kılavuzu
Izvorne upute, sačuvajte za kasniju upotrebu
Originalna navodila shraniti
请保留说明书
保存用説明書
請保留原始說明書
انظر الإرشادات الموجودة بالداخل.

DECATHLON

Производитель и адрес, Франция:
DECATHLON - 4 Boulevard de Mons - BP 299
59650 Villeneuve d'Ascq cedex - France

IMPORTADO PARA O BRASIL POR IGUASPORT LTDA. - CNPJ : 02.314.041/0001-88

Импортер: ООО «Октоблу», 141031, Россия, Московская область, Мытищинский район, МКАД 84-й км., ТПЗ «Алтуфьево», владение 3, строение 3, +7(495)6414446 - Тренажер - для занятий спортом

TURKSPORT Spor Urünleri Sanayi ve Ticaret Ltd.Şti, Osmaniye Mahallesi Çobançeşme Koşuyolu, Bulvarı No: 3 Marmara Forum Garden Office, 0B Blok 01 Bakırköy 34146 Istanbul, TURKEY

生产商: 上海莘威运动品有限公司, 上海市闵行区申北路2号 邮编: 201108 - 产品等级: 合格品 - 质检证明: 合格 - EN ISO 20957-1: 2013 - EN 957.2: 2003 - GB 17498-1: 2008 - GB 17498-2: 2008 - 品名 : 综合训练器 - 主要成分 : 铁 - 中国制造 - 商标 : DOMYOS

540-0011 - 大阪市中央区農人橋1-1-22 - 大江ビル10階 - ナチュラムイーコマース株式会社

台灣迪卡儂有限公司, 台灣台中市408南屯區大墩南路379號, 諮詢電話: (04) 2471-3612 - 品名: 綜合訓練器 - 主要成分: 铁

Made in China - Fabricado na/em China - Произведено в Китае - İmal edildiği yer Çin - 中国制造 - 中國製造

ref pack: 786.884





DOMYOS.COM